



# PROJET FLEGME : Quels usages culinaires du légume fermenté ?



Karine Rivet – Chambre de métiers et de l'artisanat Pays de la Loire

## Introduction & chiffres-clés



Le projet précompétitif **FLEGME** est porté par VEGETOLYS VALLEY avec une coordination scientifique INRAE STLO (CIRM BIA)

Démarrage : octobre 2019

Durée : 36 mois



Ce projet de sciences participatives implique des acteurs économiques, des organismes professionnels agricoles, des organismes de recherche et de formation, mais aussi des citoyens !



Partenaires experts associés : Xavier Hamon (Université des Sciences et des Pratiques Gastronomiques), Ju Hyun Lee & Ludovic Burel (Laboratoire de Fermentation Alimentaire et Sociale), Christine Raiffaud (à titre privé), Julie Maenhout (Les Jarres Crues)

Fig. 1 : Partenaires du projet FLEGME

## Contexte & objectifs

En France le légume fermenté est méconnu par les particuliers et par les professionnels de l'alimentaire, pour des raisons culturelles et historiques.

L'objectif du sous projet est de faire connaître le légume fermenté et ses usages en cuisine aux consommateurs non avertis pour apporter une diversification produit, montrer l'intérêt gustatif et la simplicité d'utilisation à travers un livrable de recettes simples.

## Résultats

### #1 - Rencontrer des professionnels de l'alimentaire

Recenser, contacter, rencontrer une dizaine de chefs de restaurant, d'artisans utilisant le légume fermenté en Bretagne et Pays de la Loire.

*Les professionnels utilisant le légume fermenté restent minoritaires avec un profil de chefs ayant voyagé, de culture étrangère ou en réflexion sur l'intérêt nutritionnel de l'alimentation.*



Fig. 3 Les tendances alimentaires des français

## Conclusions & perspectives

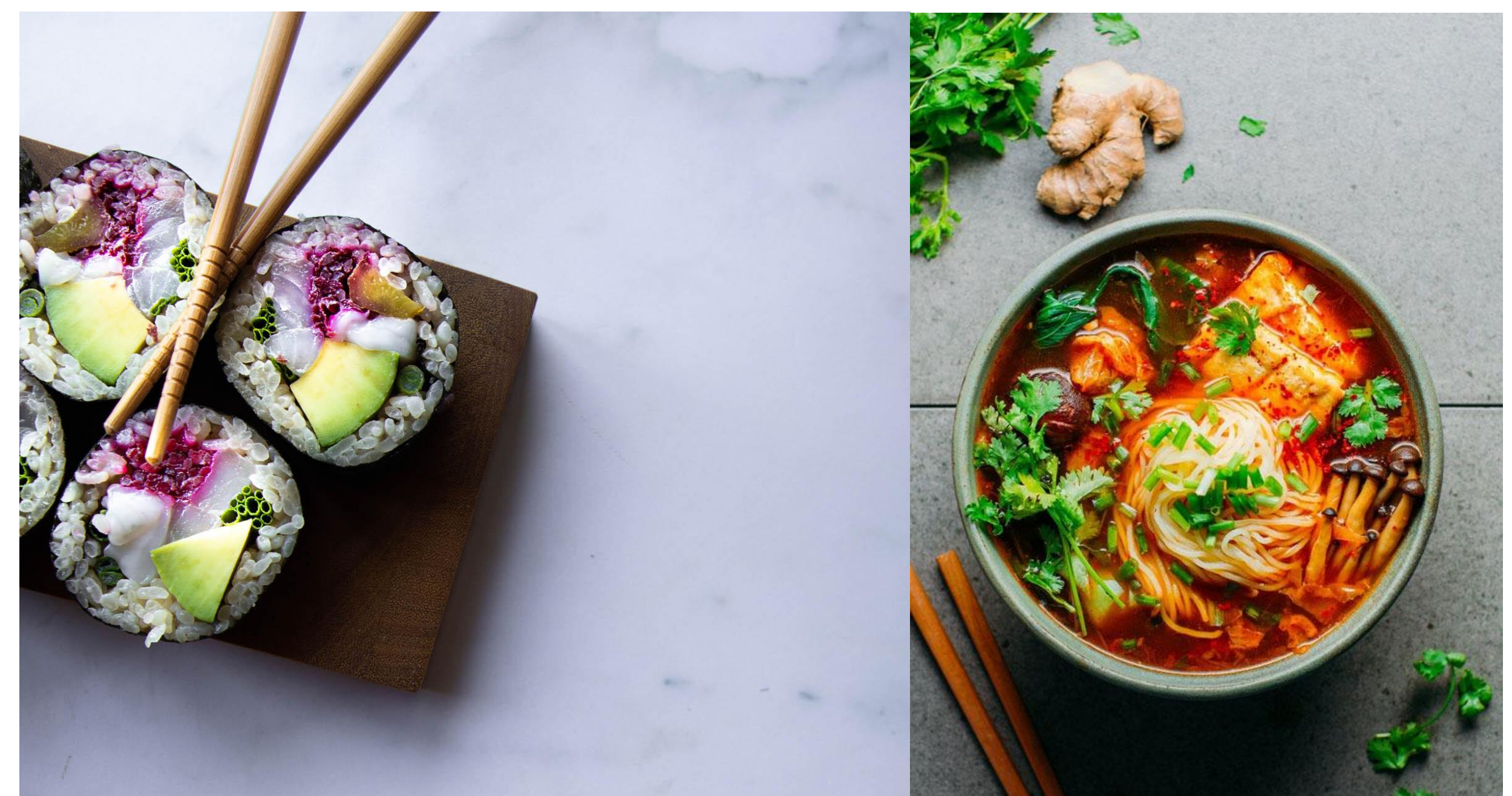


Fig. 2 Réalisation de recettes de plats de légumes fermentés de partenaires fermenteurs

### #2 - Analyser les tendances de consommations alimentaires des français pour déterminer le choix de recettes et valoriser le légume fermenté

Les grandes tendances alimentaires :

- Consommer « plus équitable », plus de transparence, de durabilité et moins de gaspillage ;
- Digitaliser, personnaliser les propositions alimentaires, faire soi-même tout en réduisant le temps consacré à la préparation des repas ;
- Baisser sa consommation de viande, « végétaliser » son assiette ;
- Rechercher la convivialité ;
- Une tradition gastronomique française marquée avec des recettes terroirs.

Création d'un livrable de recettes téléchargeables avec des intitulés de menus qui correspondent aux tendances alimentaires des français (menu apéro aux légumes fermentés, menus saveurs du monde, lunch box équilibrée, menu gastronomique...)

<https://www.vegetolys-valley.eu/projet-flegme/les-1ers-resultats/consommer/>

Perspectives : développer des axes de promotion et de communication d'usages simples du légume fermenté

+ d'infos sur le projet FLEGME et ses résultats :



Le projet FLEGME est financé par les partenaires du projet et

