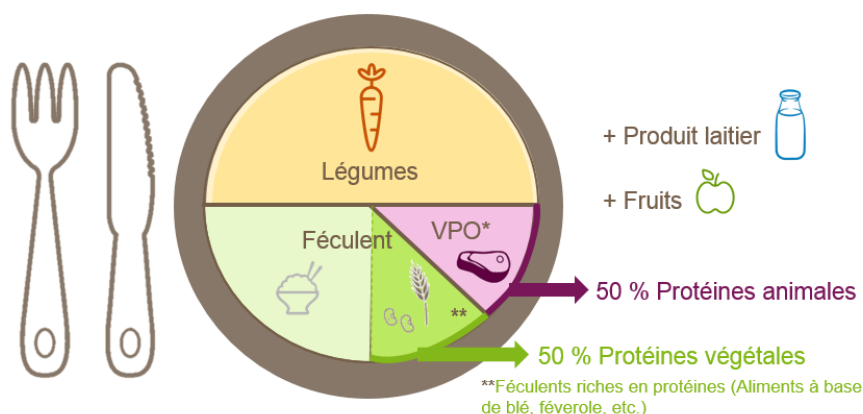


93 % des Français pensent que les protéines végétales (PV) sont bonnes pour la santé¹ !

Comment intégrer les PV dans un régime alimentaire équilibré ?

Les protéines végétales et animales apportent toutes deux des **acides aminés essentiels**, les deux sources de protéines sont donc à intégrer à l'alimentation. Elles sont **complémentaires** et le PNNS (Plan National Nutrition Santé) recommande d'en consommer **50 % d'origine végétale et 50 % d'origine animale**.



*VPO : Viande, Poisson, Oeuf

Figure 1 : Composition d'un repas équilibré selon le PNNS

Les produits contenant des protéines végétales apportent **peu de graisses saturées** et souvent des **vitamines, minéraux, fibres et antioxydants**, constituants essentiels d'une alimentation équilibrée.

Des propriétés nutritionnelles intrinsèques

Les consommateurs souhaitent des aliments plus **sains**, plus **économiques** et plus **respectueux de l'environnement**, c'est pourquoi les matières protéiques végétales (MPV) constituent une **source de protéines intéressante**. **25 % des Français ont** d'ailleurs l'intention de **consommer plus régulièrement** des produits alimentaires contenant des MPV¹.

Grâce à leurs **propriétés nutritionnelles**, les protéines végétales jouent un rôle important dans **l'amélioration de la qualité** des produits alimentaires dans lesquels elles sont incorporées.

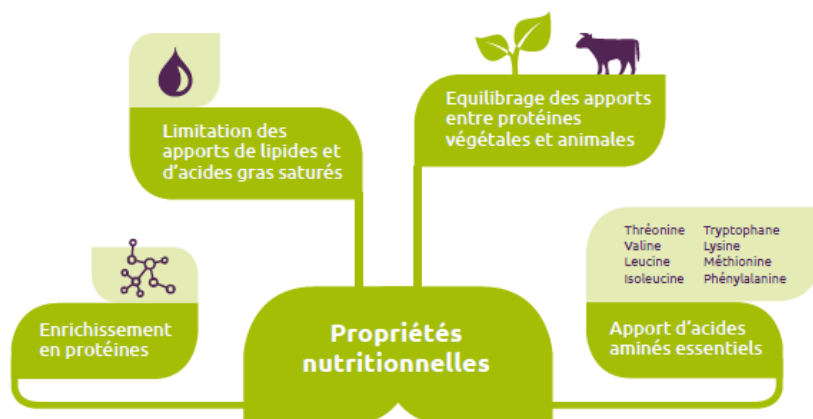


Figure 2 : Propriétés nutritionnelles des protéines végétales

Les atouts uniques des matières protéiques végétales

En plein cœur de l'actualité, les MPV sont des ingrédients alimentaires **issus d'espèces végétales** qui constituent une **source importante de protéines**.

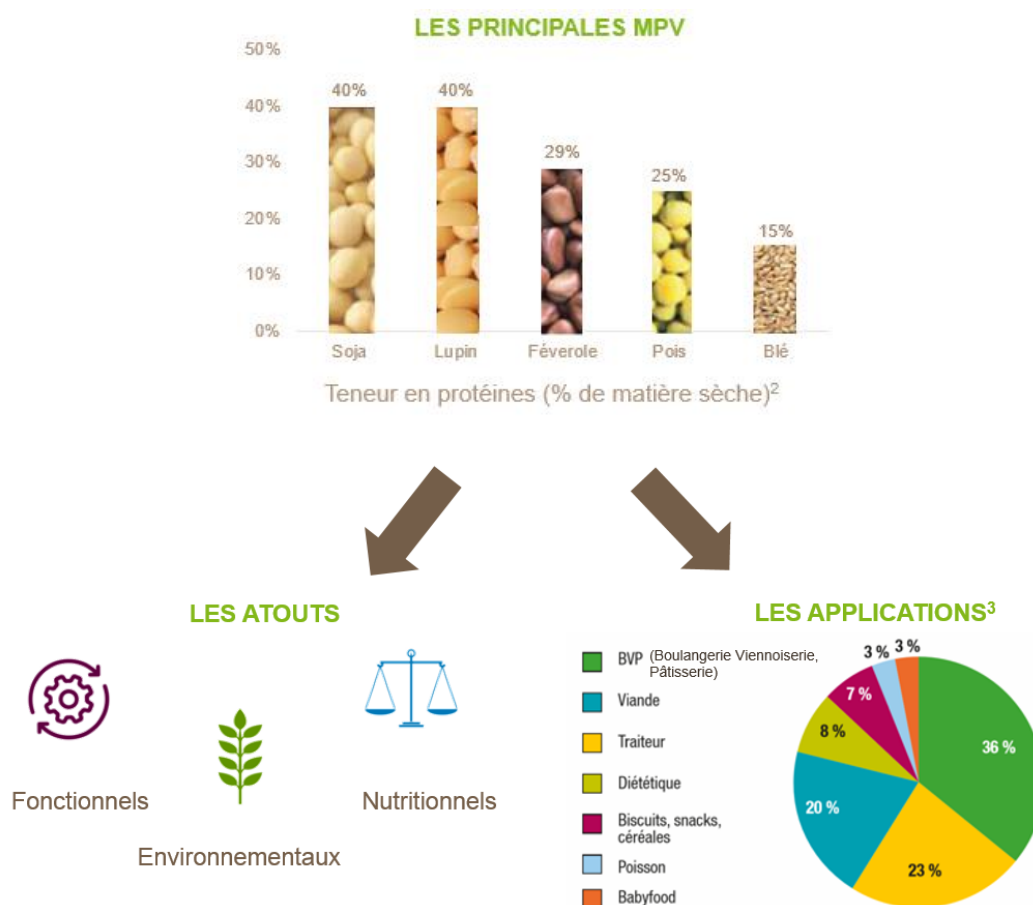


Figure 3 : Les atouts et applications des principales sources de MPV

L'essor de ces dernières se traduit par une forte augmentation du nombre de produits alimentaires contenant des protéines végétales (+ 18 % entre 2013 et 2015)³ et s'explique par une **notoriété croissante chez les industriels** et une **amélioration de la perception des PV** par les consommateurs.

Le Groupe d'Etude et de Promotion des Protéines Végétales (GEPV) en quelques mots

Créée en 1976 dans le but de **valoriser l'utilisation des protéines végétales en alimentation humaine**, l'association développe en ce sens diverses actions destinées aux professionnels et aux consommateurs (site internet, kit pédagogique, études techniques, etc.). Soutenu par l'interprofession des huiles et protéines végétales (Terres Univia), le GEPV compte actuellement 10 adhérents qui ont une activité de production, de distribution ou de commercialisation des protéines végétales en France. En savoir plus : www.gepv.asso.fr.

CONTACT PRESSE

Agence Nutrikéo
32 avenue de Canteranne
33 600 PESSAC
Tél. : 05 47 74 53 36
E-mail : c.henry[at]nutrikeo.com

CONTACT GEPV

66, rue La Boétie
75 008 PARIS
www.gepv.asso.fr
Tél. : 01 82 73 00 67
E-mail : gepv[at]66laboetie.fr

2. www.gepv.asso.fr
3. Étude GEPV – Bilan de référencement France – 2015