



TAUX DE MATIERES GRASSES DANS LES FROMAGES

Vous avez peut-être été, comme moi, perturbés par le taux de matières grasses censées être contenu dans les produits laitiers. Les étiquettes semblaient être devenues folles : un Chaource qui frisait les 50% jusqu'alors n'affichait plus que 24% !

Et sur Internet, c'était le grand n'importe quoi. En fait, depuis le décret n°2007-628 du 24 avril 2007 l'étiquetage produits laitiers a changé. Il n'affiche plus le taux mesuré sur l'extrait sec, mais sur le produit tel que nous le consommons. Ainsi un fromage blanc que tout un chacun appelait à 20% affiche à présent 3%. Et 3% est la proportion réelle de matières grasses que nous ingérons en consommant le produit.

Pour vous y retrouver, voici un tableau regroupant quelques produits laitiers et leur teneur en matière grasse.

Taux MG	Nom du laitage	Remarques
0,0%	Produits à 0%	Des féculents sont souvent ajoutés pour la tenue du produit (comparer les calories)
0 à 8,0%	Cancoillotte nature	0% "beurrée" jusqu'à 8% !
1,0%	Yaourt nature de base	Fait avec du lait demi-écrémé
3,0%	Yaourt nature brassé	Le même fait avec du lait entier
3,0%	Fromage blanc	(20 % ancien étiquetage)
4,4%	Activia	
5,0%	Bridelight	
6,0%	Faiselle	
7,6%	Fromage blanc	(40 % ancien étiquetage)
3 à 8 % c	Cancoillotte	(pas "beurrée")
8,0%	Saint-Moret ligne et plaisir	
10,0%	Ricotta	
10,0%	Lou Pérac léger	
10,0%	Fjord	
10,3%	Gervita	
10,4%	Petit-Suisse	
11,0%	Coeur de lion léger, Casino léger	
12% à 15%	Crème légère	
15,0%	Chavroux	
17,0%	Mozzarella	
17,5%	Saint-Moret	
17,5%	Carré frais Gervais	
19,0%	Vache qui rit	
19,0%	Cheddar	
20% à 23%	Camembert	
20% à 40%	Les beurres "allégés"	Ajout d'amidon et de fécule
22,0%	Féta	

Taux MG	Nom du laitage	Remarques
22,0%	Livarot	
23,0%	Saint-Paulin	
23% à 25%	Coulommier	
23% à 26%	Bûches et crottins de chèvre	
23,5%	Mini-Babybel	
24,0%	Saint-Marcelin	
24,0%	Edam	
24,0%	Tartidou Casino	
24,5%	Elle & Vire à la crème	
24,5%	Chaource	
25,0%	Tomme fraîche de l'Aubrac (aligot)	
25,0%	Pecorino toscano	
25,0%	Pont-L'Evêque	
25,0%	Epoisse	
25,0%	Chaussée aux Moines	
25,0%	Lou Pérac	
25,0%	Fleur du Maquis Corse	
25% à 30%	Parmesan	
25,5%	Philadelphia	
26,0%	Maroilles	
26,0%	Raclette	
26,0%	Cantal	
27,0%	Saint-Nectaire	
27,0%	Reblochon	
27,0%	Munster	
27,0%	Babybel	
27,0%	Gorgonzola	
27,0%	Gruyère suisse	
27,5%	Leerdammer	
28,0%	Saint-Félicien	
28,0%	Bleu d'Auvergne	
28,0%	Emmental,	
28,0%	Morbier	
28,0%	Grana	
28,5%	Port-Salut	
29,0%	Tomme de Savoie	
29,5%	Kiri	
29,0%	Mimolette	
30,0%	Gouda	
30,0%	Caprice des Dieux	
30,0%	Crème entière	
30% à 34%	Comté	
30,5%	Tomme de brebis corse	
31,0%	Roquefort	
31% à 33%	Brie	
31% à 34%	Bleu de Bresse	
32,0%	Brique au lait de vache	
32,2%	Tartare	

Taux MG	Nom du laitage	Remarques
33,0%	Etorky	
33,0%	Saint Agur	
34,0%	Beaufort	
34,0%	Ossau-Iraty	
34,3%	Saint-Albray	
35,0%	Boursault	
38,5%	Fior di Corsa	
38,5%	U Fium Urbu	
40,0%	Boursin	
40,0%	Crème fraîche d'Isigny	
42,0%	Mascarpone	
80,0%	Beurre 1/2 sel	
82,0%	Beurre doux	