



# Pomme de terre



LE JOURNAL DE LA POMME DE TERRE- n° 1172 - 24 novembre 2017

## À DÉCOUVRIR

### Nutrition 1-2

La pomme de terre : l'alliance du plaisir et de la santé

### Commerce extérieur 3

Des ventes dynamiques en volume mais en-deçà en valeur

### Marchés 4

Sursaut sur le marché intérieur, flux réguliers à l'export

## DOSSIER DU MOIS



**Bilans économiques 2016-2017 des pommes de terre fraîches**

En savoir plus sur [cnipt.fr](http://cnipt.fr)

## NUTRITION

# La pomme de terre : l'alliance du plaisir et de la santé

*La réputation nutritionnelle de la pomme de terre a varié selon les époques et les régimes, tour à tour adulée et décriée au gré des modes et des gourous qui prétendent régir notre alimentation.*

**P**résentes sur les hauts plateaux de la cordillère des Andes depuis 8000 ans, les pommes de terre ont été cultivées par les Incas dès le XII<sup>e</sup> siècle. Les "papas" deviennent la base de leur alimentation. Elles traversent l'Atlantique avec les Conquistadors au milieu du XVI<sup>e</sup> siècle. Depuis l'Espagne où elles sont rebaptisées "patatas", elles colonisent l'Europe entière au gré des migrations et des occupations militaires.

En France, l'implantation de la pomme de terre est freinée par des croyances maléfiques liées au fait qu'elle est un tubercule de la même famille que la belladone et la mandragore. Ce n'est qu'en 1771 – alors que la France est plongée dans une disette profonde et sans issue – que les savants de la faculté de médecine de Paris, sollicités par le contrôleur général des finances de Louis XV, rendent un avis favorable, en affirmant : « La nourriture des pommes de terre est bonne et

saine, nullement dangereuse pour la santé et elle est même très utile ».

En 1772, Antoine-Augustin Parmentier, alors apothicaire en chef à l'Hôtel royal des Invalides, remporte un concours de l'Académie de Besançon portant sur les "végétaux qui pourraient suppléer en temps de disette, ceux que l'on emploie communément à la nourriture des hommes et quelle devait en être la préparation"... grâce à la pomme de terre.

C'est le début du véritable développement de la culture et de la consommation de pommes de terre en France. Son essor se poursuit également en Europe, puis dans le monde entier au XIX<sup>e</sup> siècle, au gré des colonisations.

Mais l'histoire contemporaine a vu la pomme de terre acquérir une bien mauvaise réputation. Lancés au début des années 1970 par le docteur Atkins, les régimes pauvres en

hydrates de carbone (glucides) ont été très en vogue pendant plusieurs décennies et jusqu'à la parution de nouvelles études et de nouveaux régimes, tous plus déséquilibrés les uns que les autres. Dans ce cadre, la pomme de terre a été réduite à un féculent à fort indice glycémique, bannie des diètes.

(Suite page 2)



**(Suite de la page 1)**

Heureusement, depuis plusieurs années maintenant, de nouvelles approches nutritionnelles ont permis de réhabiliter la pomme de terre.

Le livret "La pomme de terre, l'alliance du plaisir et de la santé", présenté avec un éditorial de Christian Remesy, nutritionniste et chercheur Inra, poursuit ce travail d'information et de valorisation des qualités nutritionnelles encore parfois insoupçonnées de la pomme de terre. Ce livret a été réalisé à destination des professionnels de nutrition/santé, grâce au soutien du CNIPT.

La pomme de terre fait partie des principaux groupes d'aliments vecteurs de glucides complexes; elle a donc un rôle majeur à jouer dans notre alimentation. Aujourd'hui, dans les modes alimentaires de la population française, la part des glucides n'atteint pas les 50 % recommandés des apports caloriques totaux (Anses, étude Ciqua 2016).

De plus, la part des sucres simples représente, à elle seule, près de 10 % des apports caloriques. Il faut donc diminuer la consommation de sucres et augmenter celle des glucides complexes apportés par des aliments naturels tels

que la pomme de terre, les légumes secs et les produits céréaliers.

La pomme de terre est une des principales sources d'amidon après les produits céréaliers. Mais, contrairement aux céréales, elle n'a pas besoin d'être raffinée pour être consommée, d'où un apport important en vitamines B et en minéraux.

Selon l'Anses (étude Ciqua 2016), une portion de 250 g de pommes de terre cuites à l'eau apporte pour un adulte: 18,8 % des apports journaliers recommandés en fibres; 26,7 % des apports journaliers recommandés en vitamine C et 66,9 % des apports journaliers recommandés en potassium.

La satiété est considérée comme un des principaux atouts de la pomme de terre. Cette sensation d'avoir "l'estomac plein" à la fin d'un repas est influencée par plusieurs facteurs, notamment la portion de l'estomac remplie et la proportion de macronutriments contenue dans le bol alimentaire. Les macronutriments de la pomme de terre, tels que les glucides et les fibres présents en quantité importante, permettent d'être rapidement rassasié. De plus, une des protéines de la

pomme de terre est connue pour inhiber l'appétit et est utilisée dans les suppléments de perte de poids.

Il est recommandé, pour obtenir cette sensation de satiété, de préférer les pommes de terre bouillies ou cuites à la vapeur.

La pomme de terre est également adaptée aux régimes sans gluten puisqu'elle n'en contient pas.

Il faut souligner l'apport essentiel de la pomme de terre à l'équilibre global des repas. En association avec de la viande ou du poisson, elle joue un rôle clé dans l'apport des glucides complexes. En stimulant la sécrétion d'insuline, elle permet une meilleure utilisation des acides aminés pour les synthèses protéiques corporelles. Il est par ailleurs indispensable que les aliments trop riches en protéines, en matières grasses et en sel soient accompagnés par des pommes de terre cuites à la vapeur ou à l'eau. La richesse des pommes de terre en glucides

complexes et en potassium, un antidote du sel, devient alors particulièrement précieuse.

La composition de la pomme de terre est également complémentaire de la plupart des autres produits végétaux. Elle complète les produits céréaliers en sels organiques de

potassium, et la nature des protéines de ces deux types d'aliment est complémentaire. L'association des légumes secs et de la pomme de terre est également remarquable pour équilibrer dans cet ensemble les apports de protéines et de glucides complexes.

Universelle, versatile, adaptée aux besoins de chacun tout au long de la vie, la pomme de terre est un aliment aux qualités multiples. Au-delà des seules valeurs nutritionnelles de la pomme de terre, la diversité des modes de cuisson et des recettes participe à la richesse d'une alimentation variée et équilibrée, source de plaisir en cuisine... et dans l'assiette! ■

**Florence Rossillion**

*Il faut souligner  
l'apport essentiel  
de la pomme de terre  
à l'équilibre global  
des repas.*

Retrouvez le détail des informations nutritionnelles sur la pomme de terre, dans le livret "La pomme de terre, l'alliance du plaisir et de la santé" à destination des professionnels de nutrition/santé. Ce livret fera l'objet d'une diffusion auprès de diététiciens et nutritionnistes et sera remis exceptionnellement lors de la Convention anniversaire du CNIPT le 5 décembre 2017 à Arras (Pas-de-Calais).

[www.cnipt-convention2017.fr](http://www.cnipt-convention2017.fr)



## BILAN DU COMMERCE EXTÉRIEUR FRANÇAIS EN SEPTEMBRE 2017

## Des ventes dynamiques en volume mais en-deçà en valeur

Dans la continuité d'août les ventes françaises ont connu un regain de croissance en septembre 2017, en volume, de +42 % par rapport à septembre 2016.

Les ventes vers l'Italie, de 23 516 t sur le mois, ont quasi triplé par rapport à l'an dernier, grâce à des offres de bonne qualité et à des prix compétitifs (139 € la tonne départ chargement, soit -50 % par rapport à 2016).

La dynamique des ventes se poursuit également en volume vers la Belgique (+41 %) et les Pays-Bas (+283 %), principalement pour alimenter les usines de transformation. Sur le frais, les acheteurs des pays de l'Europe de l'Est continuent à intensifier leurs approvisionnements en provenance de France (+556 % en volume). Outre-Rhin, les ventes françaises ont progressé de 27 % dans un positionnement de marché à forte valeur ajoutée.

Des ventes habituelles sont menées vers l'Espagne, notre premier client sur le marché du frais, mais à un rythme moins soutenu qu'en septembre 2016 (-15 % en volume). L'Espagne

a bénéficié d'une récolte plutôt précoce cette année permettant ainsi aux opérateurs locaux de constituer des stocks importants pouvant alimenter le marché sur plusieurs mois. Les ventes vers le Portugal, constituées en majorité de pommes de terre à peau rouge, ont également baissé (-25 % en volume).

Dans le reste du Monde, la France a intensifié ses ventes vers les pays du Moyen-Orient, notamment vers Oman avec 1 148 t exportées en septembre (+122 %), les Émirats arabes unis avec 642 t (+87 %), Bahreïn avec 481 t (+494 %) et le Qatar avec 451 t (+125 %). La dynamique vers les pays du Moyen-Orient pourrait se prolonger grâce au rapport qualité/prix des produits français.

En cumul, sur les deux premiers mois de la campagne 2017-2018, les ventes françaises atteignent 153 188 t, soit une évolution en volume de 24 % par rapport à 2016-2017. Elles sont, en revanche, en baisse de 11 % en valeur à cause d'un décrochage du prix unitaire. ■

Ali Karacoban

## AGENDA

Le 5 décembre

**Assemblée générale et 40 ans du CNIPT**

Arras (Pas-de-Calais)

[www.cnipt-convention2017.fr](http://www.cnipt-convention2017.fr)

Le 13 décembre

**Colloque "Gestion quantitative de l'eau à l'échelle des territoires"**

Toulouse (Haute-Garonne)

[www.evenements-arvalis.fr](http://www.evenements-arvalis.fr)

Du 16 au 18 janvier

**Sival, salon des productions végétales**

Angers (Maine-et-Loire)

[www.sival-angers.com](http://www.sival-angers.com)

Du 7 au 9 février

**Fruit Logistica**

Berlin (Allemagne)

[www.fruitlogistica.de](http://www.fruitlogistica.de)

Les 12 et 13 février

**15<sup>e</sup> congrès de l'UNPT**

Le Havre (Seine-Maritime)

[producteursdepommesdeterre.org](http://producteursdepommesdeterre.org)

## Exportations françaises (en tonnes) en septembre 2017

	SEPT. 2013	SEPT. 2014	SEPT. 2015	SEPT. 2016	SEPT. 2017	EVOL. SEPT. 2017-SEPT. 2016
Espagne	12 868	13 393	6 993	17 158	14 523	- 15 %
Italie	30 645	21 046	21 105	8 754	23 516	+ 169 %
Belgique	12 143	9 748	10 125	15 409	21 746	+ 41 %
Portugal	1 597	1 997	1 563	5 151	3 878	- 25 %
Allemagne	6 769	6 602	6 406	2 535	3 209	+ 27 %
Royaume-Uni	1 015	1 608	1 237	1 116	1 173	+ 5 %
Pays-Bas	1 108	2 837	1 835	2 155	8 263	+ 283 %
Grèce	528	1 511	146	207	263	+ 27 %
Europe de l'Est *	2 698	2 999	487	251	1 647	+ 556 %
Autres	3 711	5 074	6 652	6 663	6 195	- 7 %
<b>Total campagne</b>	<b>73 082</b>	<b>66 815</b>	<b>56 549</b>	<b>59 399</b>	<b>84 413</b>	<b>+ 42 %</b>

\* Bulgarie, Hongrie, Lituanie, Pologne, République tchèque, Roumanie, Russie, Slovaquie, Slovénie, Serbie, Croatie

Source: CNIPT d'après Douanes françaises

## EN BREF...

## France

## Chiffres de production récolte 2017

Un communiqué commun du CNIPT et de l'UNPT établit le bilan de la production française de pommes de terre de conservation en 2017. Elle s'élève à 6 180 500 t, contre 5 106 500 t en 2016 (et 5 226 000 t en 2015) « soit une forte hausse de 21 % en un an ». Les surfaces (131 640 ha) « avaient de nouveau augmenté de 5,1 % par rapport

à l'année dernière, après une hausse de 5,3 % il y a deux ans ».

Le rendement brut moyen (près de 47 t/ha en 2017) « est en hausse de plus de 15 % par rapport à l'année dernière, gagnant plus de 6 t/ha en un an ». Toutefois, ce rendement 2017 « est de plus de 3 t/ha inférieur au niveau record de 2014 [pour rappel: 50 t/ha] ». « Par rapport à l'année 2014, dernière année de forte production, la récolte 2017 est supérieure de 110 000 t

environ (300 000 à 400 000 t sur la zone NEPG). Mais la demande industrielle a augmenté de 1,5 million de tonnes, entre 2014 et 2017, sur la zone NEPG », conclut le communiqué.

Avec plus de 3,9 millions de tonnes, la région Hauts-de-France est de très loin la première région de production (63 %). Trois régions réalisent un volume de plus de 500 000 tonnes : Grand-Est, Normandie, Centre-Val de Loire.



: Pour les internautes, cliquez sur les liens pour en savoir plus

## LES MARCHÉS PHYSIQUES

## Cotations France (RNM)

En €/tonne

## Marché français-Stade expédition - Semaine 46

## Variétés de consommation courantes

Bintje France non lavée cat. II 40-75 mm filet 25 kg	105 (=)
Div. var. cons France lavée cat. I 40-75 mm filet 10 kg	186 (↘)
Agata France lavée cat. I 50-75 mm carton 12,5 kg	330 (↘)
Bintje France non lavée cat. II 60-75mm filet 25kg consommation	175 (↘)

## Variétés à chair ferme

Charlotte France lavée cat. I + 35 mm carton 12,5 kg	450 (↘)
Rouge France lavée cat. I + 35mm filet 2,5 kg	395 (=)

## Marché français Bio-Stade expédition - Semaine 46

Chair ferme France biologique	930 (=)
Chair normale France biologique	920 (=)

## Export-Stade expédition - Semaine 46

Agata France lavable cat. I +45mm sac 1 tonne	nc.
Agata France lavable cat. I 40-70mm sac 1 tonne	110 (=)
Div.var.cons France lavable cat. I +45mm sac 1 tonne	nc.
Div.var.cons France lavable cat. I 40-70mm sac 1 tonne	95 (=)
Div. var. cons France non lavée cat. II 50-75 mm sac 20 kg	75 (=)
Rouge France non lavée cat. II 50-75 mm sac 20 kg	75 (=)

## Rungis - Semaine 46

Charlotte France cat. I carton 12,5 kg	600 (=)
Div. var. cons France lavée cat. I 40-70 mm sac 10 kg	280 (=)
Div. var. cons France non lavée cat. I 40-70 mm sac 10 kg	200 (=)

## Industrie - Semaine 46

Bintje Bassin Nord non lavée + 35 mm fritable	25 (=)
Div. var. cons. Bassin Nord non lavée, tout venant 35 mm et + fritable	40 (↘)

N.B. : entre parenthèses, la tendance du marché.

## Cotations marchés étrangers

En €/tonne

## Cotation VTA (Verenigde Telers Akkerbouw) - Semaine 47

Destination industrie frites : tout-venant, vrac, fritable, départ, 40 mm +	nc.
Var export 45 mm +, en sac	nc.

## Belgique (Fiwap/PCA) - Semaine 47

Bintje tout venant 35 mm + fritable vrac	20-30 (=)
--	-----------

## Grande-Bretagne (Cours BPC) - Semaine 46

Prix moyen production	nc.
-----------------------	-----

## Editeur CNIPT

43-45 rue de Naples  
75008 Paris  
Tél : 01 44 69 42 10  
Fax : 01 44 69 42 11

Directrice de publication  
Rédactrice en chef :  
Florence Rossillion

Prix du numéro : 2 €  
Abonnement 1 an : 53 €

## Impression-Routage :

Rivet Presse Edition  
24, rue Claude-Henri Gorceix  
87022 Limoges Cedex 9

Conception graphique :  
Aymeric Ferry

Dépôt légal : à parution  
ISSN n° 0991-3351

## LES MARCHÉS À TERME

## Eurex Francfort (€/t) Bintje, Agria et var. apparentées pour transfo, 40 mm, min 60 % 50 mm +

	14/11/17	15/11/17	16/11/17	17/11/17	20/11/17
Novembre 2017	43	43	39	39	-
Avril 2018	54	53	51	49	49
Juin 2018	64	65	61	60	59



Pour les internautes, cliquez sur les liens pour en savoir plus