

L'origine des produits, une donnée essentielle

Face à des rayons pleins à craquer et une offre quasi illimitée, le consommateur reste parfois déboussolé: comment être sûr de la qualité des produits proposés? Grâce à la marque d'origine **SUISSE GARANTIE**, faites votre choix en toute tranquillité.

NICOLE HUWYLER



est nutritionniste de formation et donne des conseils sur la manière de s'alimenter sainement tout en se faisant plaisir.

Vous avez des questions concernant l'alimentation?

Notre conseillère se fera un plaisir d'y répondre. Appelez-la au 031 359 57 56 ou envoyez-lui un courriel à l'adresse nicole.huwyler@swissmilk.ch

Après deux semaines de vacances à l'étranger, les spécialités et les saveurs locales n'ont généralement plus de secret pour vous. Mais déjà dans l'avion du retour, l'envie de viande séchée des Grisons ou de röstis se fait sentir. Quels que soient les raffinements de la cuisine exotique, nous ressentons tous le besoin de renouer avec les traditions culinaires de notre enfance. Une tendance générale qui est d'ailleurs ressortie de plusieurs études de consommation récemment menées.

Les valeurs suisses ont le vent en poupe

Un nombre croissant de consommateurs suisses aspirerait à un retour aux valeurs traditionnelles helvétiques, les marques incarnant la sécurité, l'ordre et la conscience du devoir comptant parmi les plus prisées. Rien d'étonnant dès lors au succès des articles arborant la croix suisse. Ce recentrage sur l'essentiel et la proximité se répercute aussi sur les habitudes alimentaires. Les pizzas et les plats exotiques sont, comme le montre une étude, délaissés au profit de l'émincé de veau à la zurichoïse et du papet vaudois, par exemple.

La saveur des produits de saison

Les plats préparés avec des ingrédients de saison issus de la production nationale sont incontestablement meilleurs sur le plan gustatif. Les aliments, qui ne doivent pas être transportés sur de longues distances, sont en effet récoltés à pleine maturité. Résultat: des produits plus goûteux et plus riches en éléments essentiels et nutritionnels. A vous de les sélectionner avec soin et de varier les plaisirs.

Garantie suisse

Il y a environ un an, l'agriculture suisse a lancé la marque d'origine **SUISSE GARANTIE** afin de répondre aux besoins des consommateurs à la recherche d'une sécurité alimentaire accrue et souhaitant pouvoir clairement identifier les produits nationaux. Les aliments sélectionnés, garantis sans OGM, sont produits et transformés en Suisse et soumis à des contrôles très stricts.

Une conscience nutritionnelle accrue

La notion de durabilité est présente partout, même dans l'alimentation. Les aliments, qui sont produits et transformés à l'échelon régional, contribuent à réduire la consommation d'énergie et de matières premières. De même, l'agriculture saisonnière, dont le principe consiste notamment à ne pas utiliser de serres chauffées en hiver, et la diminution des distances parcourues aident à limiter les frais, l'énergie et les émissions polluantes. En outre, les cultures de pleine terre produisent en moyenne moins de résidus (nitrates et pesticides p. ex.) Qui a dit que bonne chère et écologie étaient incompatibles?