

L'agriculture biologique a le vent en poupe. Pour autant, des questions restent en suspens: santé, environnement, prix. Dans ce dossier, *Que Choisir* apporte ses réponses.

DOSSIER

P. 18  
**SANTÉ ET NUTRITION**  
Manger bio est sans doute plus sain

P. 20  
**BIEN-ÊTRE ANIMAL**  
Moins négligé qu'ailleurs

P. 21  
**ORIGINE GÉOGRAPHIQUE**  
Une consommation très tricolore

P. 22  
**PRIX**  
Pas à la portée de tous

# LE BIO

## Vaut-il vraiment le coup?

MARIE-NOËLLE DELABY AVEC CLAIRE GARNIER

Le secteur du bio affiche une santé éclatante! La filière jouit d'une croissance à deux chiffres depuis des années. Elle a atteint 20% en 2016! Environ 260000 hectares de terres sont entrés en première année de conversion l'an dernier et seront certifiés d'ici à 2018. Tandis que la part de surfaces agricoles bio, actuellement de 5,8%, pourrait se hisser à 20% durant la prochaine décennie. Les experts les plus optimistes tablent sur la possibilité d'arriver à 50% en 2050 (voir interview, p. 17). Aujourd'hui, la filière amorce un tournant que souhaite accompagner l'Union Européenne – qui dicte les exigences du label AB (voir notre fiche pratique, p. 60) – grâce à une nouvelle législation. Cette dernière est censée «renforcer la confiance du consommateur pour permettre au développement du secteur de se poursuivre», selon les vœux du commissaire européen à l'Agriculture, Phil Hogan. Mais croître sans faillir à ses missions est un véritable défi et l'Europe peine à jouer son rôle de tuteur.

### Bruxelles accouche d'une souris

De meilleures conditions d'élevage (voir p. 20), plus de production locale (voir p. 21): les attentes du consommateur se diversifient face à des promesses parfois ténues mais souvent tenues. La principale motivation des adeptes du bio demeure toutefois ses bienfaits supposés pour la santé (voir p. 18). À juste titre. Comme l'indiquent nos résultats, si l'intérêt

sanitaire à consommer bio varie selon les familles d'aliments, pour les végétaux cela réduit significativement l'exposition aux résidus de pesticides! Un bénéfice que Parlement et Conseil européens ambitionnaient de renforcer via une nouvelle réglementation bio, plus exigeante. Hélas, la montagne législative, empêtrée dans des débats houleux, a accouché d'une souris le 29 juin dernier. La Commission a en effet dû renoncer à sa mesure la plus ambitieuse, le déclassement des produits contaminés. Son objectif: introduire des seuils de résidus de pesticides interdits dans le bio, dont le dépassement entraînerait le déclassement automatique des produits. Un projet notamment soutenu par la Belgique et l'Italie, qui appliquent une politique semblable à l'échelle nationale. Mais il a été abandonné sous la pression d'une majorité d'États, dont la France, qui a invoqué le principe d'obligation de moyens et non de résultats sur lequel repose le bio européen. Autrement dit, le label AB ne certifie pas qu'un produit est dénué de pesticides, mais simplement que le producteur met en œuvre les conditions pour cultiver sans engrais chimiques. «Pénaliser les agriculteurs bio à l'heure où les contaminations fortuites par les cultures conventionnelles sont encore trop nombreuses serait injuste et cette mesure ne peut voir le jour sans un principe de pollueur-payeur», estime Stéphanie Pageot, présidente de la Fédération nationale d'agriculture biologique (Fnab). Elle rappelle toutefois que certains labels bio privés (voir notre fiche pratique, p. 60) prônent des mesures

SEVERIN MILLET



INTERVIEW

**SYLVAIN DOUBLET,**  
AGENCE SOLAGRO.

«Le pari: 50% de bio à l'horizon 2050»

Sylvain Doublet travaille pour Solagro, une agence spécialisée dans la transition énergétique et alimentaire. Il est le coauteur d'Afterres2050. Ce scénario fait le pari d'un modèle basé à 50% sur une agriculture biologique et à 50% sur une agriculture intégrée, réduite en pesticides.

végétales (céréales et légumineuses). Ou encore, orienter l'export vers les seuls pays qui le nécessitent, comme le Moyen-Orient, et baisser l'exportation des céréales fourragères. En parallèle, revoir notre régime alimentaire est indispensable pour rendre ce scénario crédible.

**33 ans pour passer de 6 à 50% de bio en France, est-ce réaliste?**

**Sylvain Doublet:** L'objectif d'Afterres2050 est d'alimenter le débat autour d'une question: comment nourrir une population plus nombreuse en 2050 compte tenu des limites des rendements agricoles, qui ont déjà atteint leur pic, tout en respectant les objectifs de réduction des pesticides et des émissions de gaz à effet de serre? Afterres2050 montre, de manière chiffrée, qu'il est possible de nourrir correctement la France et ses voisins avec un modèle agricole plus durable, à condition de jouer sur les bons leviers. Il faut notamment repenser l'utilisation des terres et des productions, soit diviser par deux le cheptel bovin, multiplier par trois le maraîchage et par deux les protéines

**En 2050, quelle sera la composition de notre assiette?**

**S. D.:** C'est ce que l'on surnomme l'assiette «demitarrienne». Elle s'apparente aux régimes méditerranéens. On y divise par deux la part de viandes et de produits laitiers, on diminue le sucre et l'on augmente d'un tiers la part de fruits, légumes, céréales et légumineuses et fruits secs. Fait notable, pour la première fois depuis des décennies, l'État incite à baisser la consommation de protéines animales au profit des protéines végétales via le plan national nutrition santé (PNNS 4) et, ce, dans l'intérêt de la santé des Français. En outre, une assiette plus végétale est moins chère pour le consommateur qu'une assiette riche en produits animaux. Ce qui relativise quelque peu le surcoût du bio.

strictes pour lutter contre ces contaminations fortuites en interdisant les exploitations mixtes, celles qui produisent en bio et en conventionnel.

**Les prix ne baissent pas**

En attendant que les États se mettent d'accord, le nombre de magasins spécialisés en bio explose et les distributeurs généralistes étoffent leurs gammes. Cette hausse de l'offre devrait infléchir les prix. Pourtant, nos relevés dans 1518 magasins montrent que la facture pour un même panier de courses est au moins 70% plus élevée en rayon bio qu'en rayon conventionnel (voir pp. 22-23)! Or, le prix reste le premier critère de choix des ménages (48%) devant l'origine du produit (36%), selon la récente étude Inca 3 de l'Anses (Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail). Certes, «produire vert demande plus de main-d'œuvre et d'espace pour une production égale», rappelle Stéphane Bellon, de l'Institut national de la recherche agronomique. Et le bio rémunère souvent mieux les producteurs. Mais cela ne justifie pas une telle cherté et la question des marges des distributeurs se pose. L'Agence bio, plate-forme nationale de promotion du bio, nous promet plus de transparence grâce à un observatoire des marges et des prix. On espère avoir les premiers résultats en 2017, notamment pour le lait et le steak haché. Pour sa part, l'UFC-Que Choisir boucle une étude sur la question. Ses conclusions devraient être dévoilées très prochainement. Nous en reparlerons. ♦

SANTÉ ET NUTRITION

Manquer bio est sans doute plus sain

Si les attentes vis-à-vis des produits bio se diversifient, préserver sa santé et bien se nourrir demeurent les principales motivations des consommateurs. À juste titre ?



Côté nutrition, l'intérêt du bio n'est pas flagrant. Les principales méta-analyses de ces dernières années s'accordent à retrouver un taux légèrement plus élevé d'antioxydants dans les fruits, légumes et céréales bio, de même qu'un taux plus important de « bons » acides gras dans les produits laitiers et les œufs bio. Mais concernant les vitamines et minéraux, il semble qu'il n'y ait pas de différence. Nos analyses le confirment. « Des résultats peu surprenants », selon Stéphane Bellon, chercheur à l'Inra (Institut national de la recherche agronomique), qui rappelle que le cahier des charges bio n'implique stricto sensu « que » la suppression des engrais chimiques. Soit un facteur parmi bien d'autres qui influencent la richesse nutritionnelle des végétaux. « Le climat, la météo, le moment de la récolte, la rotation des cultures, ou encore la taille et la densité des parcelles sont autant des critères qui vont jouer sur la teneur en nutriments des végétaux », précise le chercheur.

Lien démontré entre les pesticides et certaines maladies

En revanche, l'intérêt pour la santé d'une alimentation bio est plus tangible. Certes, peu d'études à ce jour ont évalué l'effet direct de la consommation de nourriture bio sur la santé humaine. Et hormis quelques indications montrant une baisse des risques d'allergies chez les enfants, les résultats ne sont pas concluants. « Il est difficile d'établir un lien direct entre ce régime

et la santé de la population générale, ne serait-ce que compte tenu des biais sociologiques. Car le bio touche en premier lieu une population qui a davantage les moyens de se préoccuper de sa santé. Mais il y a du bon sens à penser que manger bio est plus sain pour la raison évidente que ce régime fait baisser l'exposition aux engrais chimiques. Or le lien entre surexposition aux pesticides et maladie est, lui, démontré », rappelle le professeur

Le non-usage de la chimie en bio fait la différence

Robert Barouki, de l'Inserm (Institut national de la santé et de la recherche médicale). Ces trente dernières années, les scientifiques ont établi un lien entre exposition aux pesticides et maladie de Parkinson, cancer de la prostate, ou encore certains cancers hématologiques chez les agriculteurs, mais aussi leurs enfants et les populations rurales qui ne sont pas exposées professionnellement. Quant à la population générale, « depuis quelques années, les preuves s'accumulent concernant le risque de cancer de la prostate et, surtout, le développement neurocomportemental lié à des expositions lors de périodes sensibles du développement, in utero et pendant l'enfance », conclut le Pr Barouki.

L'intérêt sanitaire du bio est moins évident du côté de la production animale, comme le montrent nos résultats (voir p. 20). Toutefois, un rapport de 2017 du service de recherche du Parlement européen note un avantage indirect à l'usage limité des antibiotiques en agriculture biologique : une réduction du risque global de résistance à ces traitements. ♦

LIRE LES TABLEAUX

**LES PRODUITS ANALYSÉS**  
Nous avons sélectionné 71 produits, 46 bio et 25 conventionnels, disponibles en magasins spécialisés ou en grandes surfaces. Les aliments

visés étaient les suivants : bananes, carottes, citrons, œufs, filets de poulet et mueslis. **LES MESURES EFFECTUÉES**  
Pour chaque type d'aliments, des analyses nutritionnelles (sur fruits et légumes épluchés) et

une recherche de contaminants sur les produits tels que vendus, (sauf pour les bananes : sur fruits entiers puis épluchés) ont été faites. **►** Côté nutrition, nous avons mesuré la teneur en matière

sèche et en macronutriments des échantillons (lipides, protéines, glucides), complétée, selon les aliments : par l'analyse du profil des acides gras (mueslis, œufs, filets de poulet) ; par le dosage des fibres (mueslis, bananes,

citrons, carottes), de vitamines et de minéraux (citrons, carottes, bananes) ; par le profil des sucres et le taux de sel (mueslis). Nous avons aussi évalué le pouvoir antioxydant des fruits et légumes.

► Côté contaminants, plusieurs centaines de molécules, pouvant provenir de l'utilisation de pesticides de synthèse, mais aussi de quelques traitements autorisés en bio, ont été recherchées dans les fruits, les

carottes et les mueslis. Dans ces derniers, nous avons également recherché de l'acrylamide (contaminant génotoxique et cancérigène qui se forme dans les aliments riches en amidon grillés à haute température), et

des mycotoxines (produites par des moisissures et parfois observées dans les céréales mal conservées). Dans les produits d'origine animale, nous avons recherché la présence de dioxines et de PCB (des polluants

organiques persistants qui s'accumulent préférentiellement dans les matières grasses). Nous y avons aussi cherché la trace éventuelle de résidus de médicaments vétérinaires. Enfin, ces analyses ont été

complétées par un contrôle du calibre et de la fraîcheur des œufs. **★★★ TRÈS BON** **★★ BON** **★ MOYEN** **■ MÉDIOCRE** **■ MAUVAIS**



L. HINI POUR QUE CHOISIR



10 BANANES

	Origine	PRIX	APPRECIATION GLOBALE				NUTRIMENTS & POUVOIR ANTIOXYDANT				FIBRES			
			NOTE SUR 20											
<b>Bio et équitables</b> (chez Lidl)	R. dominicaine	1,99	14,9	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Cavendish biologique</b> (chez U)	Équateur	2,09	14,6	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Chez La Vie Claire</b>	Colombie	2,29	14,5	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Bio Village (Leclerc)</b> issues du commerce équitable	Équateur	1,99	14,3	★★	★★★	★	★★★	★	★★★	★	★★★	★	★★★	
<b>Cavendish bio.</b> (chez Leader Price)	R. dominicaine	1,99	14,3	★★	★★★	★	★★★	★	★★★	★	★★★	★	★★★	
<b>Bio (Sélection Intermarché)</b>	R. dominicaine	2,59	14,2	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Nos régions ont du Talent (Leclerc)</b> Montagne des Antilles françaises	Antilles françaises	1,99	12,5	★★	★★	★	★★	★	★★	★	★★	★	★★	
<b>Cavendish</b> (chez Leader Price)	Suriname	1,39	11,5	★	★★	★	★★	★	★★	★	★★	★	★★	
<b>Chez Intermarché</b>	Colombie	1,99	10,6	★	★★	★	★★	★	★★	★	★★	■	★★	
<b>Cavendish</b> (chez U)	Côte d'Ivoire	2,15	9,1	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	

■ ÉCHANTILLONS NON BIO

BANANES

Les bio riches en fibres

Pour la plupart des paramètres nutritionnels, à l'instar des autres fruits et légumes testés, nos résultats ne montrent pas de différences majeures entre bananes conventionnelles et bio. Les teneurs en eau (75% du fruit), en glucides, en potassium et en vitamine B6 sont équivalentes. En revanche, les bananes bio sont deux fois plus riches en fibres que les non bio. Cela pourrait en partie s'expliquer par les conditions de culture moins intensives de certaines productions bio des pays tropicaux (voir p. 21). Côté pesticides, aucun des résidus phytosanitaires recherchés n'est retrouvé dans les fruits bio (★★★). Les bananes non bio présentent, elles, des traces de résidus (★★ ou ★). Deux ou trois molécules ont été quantifiées dans chaque échantillon à des niveaux faibles. À noter : ces pesticides, quantifiés sur les fruits entiers, sont presque toujours retrouvés dans les fruits épluchés mais en moindre quantité (de 4 à 10 fois moins).

CAROTTES ET CITRONS

AB = sans pesticides

Comme les principales méta-analyses parues sur le sujet (voir p. 18), nous ne relevons pas de différences notables sur le plan nutritionnel pour les carottes et citrons bio ou conventionnels. On y retrouve peu ou prou les mêmes quantités d'eau, de sucres et de fibres, même si 3 des 4 échantillons de carottes (et 4 des 6 lots de citrons) renfermant le plus de fibres sont bio. Côté vitamines, toutes nos carottes sont riches en bêta-carotène. Les citrons non bio sont, eux, légèrement plus pourvus en vitamine C mais l'écart n'est pas si déterminant (bio ou pas, la plupart des citrons couvrent 100% du besoin journalier en vitamine C). De même, si certaines études trouvent un taux plus élevé d'antioxydants dans les fruits et légumes bio, nos résultats ne montrent pas de différence. Finalement, à l'issue de nos recherches

de nutriments et sur le pouvoir antioxydant, presque tous les échantillons ont ★★★ ! L'analyse des pesticides est, en revanche, sans appel : aucun des résidus recherchés n'est trouvé dans 8 des 9 échantillons de carottes bio. Seules celles achetées chez Biocoop présentent une trace, non quantifiable. Les non bio contiennent, elles, de 1 à 7 résidus, à des niveaux très faibles (★★). Mais 2 lots recèlent des traces d'iprodione, une substance fongicide considérée par l'Agence nationale de sécurité sanitaire (Anses) comme perturbatrice endocrinienne, d'où ■. Même constat pour les citrons, où aucune des substances recherchées n'est retrouvée dans les échantillons bio (★★★). Seuls les lots non bio présentent des résidus (3 à 7 molécules) issus de pesticides, dont un lot avec des dithiocarbamates.



15 CAROTTES (1)

	Origine	PRIX	APPRECIATION GLOBALE				NUTRIMENTS & POUVOIR ANTIOXYDANT				FIBRES			
			NOTE SUR 20											
<b>Chez La Vie Claire</b>		2,35	16,9	★★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>PrimBio</b> (chez U)		3,25	16,9	★★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>PrimBio</b> (chez Lidl)		1,69	16,7	★★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Carrefour bio</b>		2,50	16,4	★★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Chez Naturalia</b>		2,19	16,3	★★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Chez Bio c' Bon</b>		2,30	16,2	★★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Monoprix bio!</b>		2,79	16,2	★★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Bio Village Marque Repère (Leclerc)</b>		2,69	16,2	★★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Chez Biocoop</b>		2,10	15,3	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Nos Régions ont du Talent (Leclerc)</b> des sables des Landes		1,39	14,5	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	
<b>Auchan</b>		0,99	14,3	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	
<b>Planète végétal</b> faciles à râper		1,24	14,1	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	
<b>Filière Qualité Carrefour</b>		0,99	13,8	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	
<b>Litee</b> (chez U) Label rouge		1,79	8	■	■	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	
<b>Petit Prix</b> (chez Carrefour)		0,75	8	■	■	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	

■ ÉCHANTILLONS NON BIO (1) Toutes les carottes testées sont d'origine France, sauf les Monoprix bio! (Hollande).



12 CITRONS (1)

	Origine	PRIX	APPRECIATION GLOBALE				NUTRIMENTS & POUVOIR ANTIOXYDANT				FIBRES			
			NOTE SUR 20											
<b>Chez Biocoop</b>		2,40	16,4	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	
<b>Bio Village Marque Repère (Leclerc)</b>		3,38	15,8	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Jaune</b> (chez Bio c' Bon)		2,65	15,8	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Guillem Bio</b> (chez Carrefour)		3,40	15,7	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Monoprix bio!</b>		5,98	15,6	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Jaune</b> (chez Naturalia)		3,09	15,6	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Auchan bio</b>		3,98	15,5	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Instant Bio</b> (chez U)		5,18	15,5	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	★★	★★★	
<b>Douceur du Verger Marque Repère (Leclerc)</b>		2,98	14,4	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	
<b>Auchan à jus</b>		2,19	14,2	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	
<b>Petits Prix</b> (chez Carrefour)		1,98	14,1	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	
<b>Chez Carrefour</b>		5,60	12	★	★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	

■ ÉCHANTILLONS NON BIO (1) L'origine des citrons est l'Espagne, à l'exception de ceux achetés chez Biocoop et Bio c' bon (Italie).

Une famille de molécules dont certaines sont soupçonnées d'être des perturbateurs endocriniens (★). **Bon à savoir** Lors de notre précédent test,

en 2010, des traces de résidus avaient été plus souvent retrouvées dans les carottes bio, probablement issues de contaminations croisées. L'évolution est d'autant

plus satisfaisante qu'en 7 ans les capacités de détection des laboratoires ont augmenté et permettent de détecter des résidus à des niveaux encore plus infimes.

BIEN-ÊTRE ANIMAL

Moins négligé qu'ailleurs

Même si ce n'est pas leur priorité, les cahiers des charges du bio prennent souvent en compte les conditions d'élevage.

À mesure que le bio progresse, la consommation de produits animaux diminue. Un lien plus que statistique. Les végétariens sont trois fois plus nombreux parmi les adeptes du bio, qui plus généralement sont enclins au flexitarisme, un régime les conduisant à réduire leur ration de viande, pour leur santé mais aussi par éthique. Car bien que le label AB n'ait pas vocation à se préoccuper du bien-être animal, les cahiers des charges d'élevage bio sont en général plus respectueux des conditions d'élevage, même si des améliorations restent possibles. Petit tour d'horizon par filière.

Œufs et volailles

😊 Les poules pondeuses sont deux fois moins nombreuses par bâtiment en bio qu'en Label rouge et se partagent 1 m<sup>2</sup> à 6 contre 9 en plein air et 13 en cage! Tout comme les poulets, dindes ou canards de chair, elles peuvent sortir la journée, mangent bio et, sauf exception, sans antibiotique. Le gavage est interdit chez les oies et canards.

😞 Le broyage des poussins mâles reste autorisé de même que l'époutage (coupe du bout du bec).

Ruminants

😊 Vaches laitières et à viande ont accès au pâturage. Les veaux sont au lait maternel 3 mois minimum. Les traitements antibiotiques sont limités.

😞 Bien que la nourriture, bio, doive provenir à 50% de la ferme, l'ensilage (fourrage fermenté) et les concentrés (granules de nutriments) sont autorisés et peuvent prendre le pas sur le pâturage. L'écornage n'est interdit qu'en biodynamique (label Demeter).

Porcs

😊 Les porcs, qui ont un besoin instinctif de fouiller, sont élevés sur un sol en terre ou paillé. Ils ont un accès à l'extérieur et les porcelets restent avec leur mère plus longtemps (jusqu'à 6 à 8 semaines).

😞 La castration à vif des porcelets reste autorisée. ♦

Les poules bio sont probablement plus heureuses!



Leader Price Bio	biologique	1,45	16,4	★★★	★★	★★★	★★
Lustucru	biolog. BBC (1)	3,15	16,3	★★★	★★	★★★	★★★
U bio	biolog. BBC (1)	2,19	15,6	★★	★★	★★★	★★
Carrefour	plein air	1,49	14,1	★★	★★	★★	★★
Carrefour Bio	biologique	1,89	12,8	★★	★★	★	★★★
Auchan bio	biologique	1,89	12,7	★★	★★	★	★★
Fermiers de Loué	plein air LR (2)	2,10	12,3	★★	★★	★	★★★
Fermiers de Loué	biologique	3,22	12,1	★★	★★	★	★
Matines	biologique	3,04	12,1	★★	★★	★	★★
Œufs de nos régions							
Marque Repère (Leclerc)	cage	0,79	8	■	★★	★★★	★★★
Auchan	cage	0,99	8	■	★★	★	★★

ÉCHANTILLONS NON BIO (1) Bleu Blanc Cœur (2) Label rouge.



Ensemble (Biocoop)		35,60	13,2	★★	★★	★★
Monoprix bio!		38,90	13,2	★★	★★	★★
Maître Coq		7,92	13,2	★★	★★	★★
Le Gaulois		9,72	13,2	★★	★★	★★
U bio		24,90	13,1	★★	★★	★★
La Vie Claire	La Volaille noire	36,99	13	★★	★★	★
Bio Village	Marque Repère (Leclerc)	21,75	12,9	★★	★★	★
Lyré fermier	(chez Auchan) blanc	25,99	12,9	★★	★★	★
Fermier de Loué		24,90	12,9	★★	★★	★★
Fermier de Loué	Label rouge	21,50	12,8	★★	★★	★
Carrefour		9,71	12,8	★★	★★	★

ÉCHANTILLONS NON BIO ★★★ TRÈS BON ★★ BON ★ MOYEN ■ MÉDIocre ■■ MAUVAIS

ŒUFS ET POULETS Des traces de contaminants

Bio ou pas, tous nos échantillons sont contaminés par des dioxines et des PCB, des polluants organiques persistants liés aux activités humaines (usines, incinérateurs...). Les teneurs sont toutefois très en deçà des limites réglementaires. À l'inverse, aucun œuf ou filet de poulet ne présente de résidus des médicaments vétérinaires recherchés. La fraîcheur est satisfaisante pour tous les œufs, malgré quelques écarts. En outre, si des travaux font état d'un

taux plus élevé d'oméga 3 dans les produits animaux bio, cela ne s'illustre pas véritablement avec nos œufs. Trois des quatre boîtes présentant le meilleur profil en matières grasses (★★★) sont certes bio. Mais à y regarder de plus près, deux sont affiliées au programme Bleu Blanc Cœur, qui propose aux poules une alimentation enrichie en oméga 3. Cela étant, les agriculteurs affiliés n'apposent le macaron Bleu Blanc Cœur que sur 40% de leur production, faute de débouché. Il est donc possible que les œufs Leader Price bio et Leclerc (non bio) aient été soumis au même régime. Mais attention, contrairement au bio, Bleu Blanc Cœur ne proscrit pas les œufs de cage. Un mode de production que nous sanctionnons, d'ailleurs, dans notre notation finale (■). Enfin, le poulet étant peu gras (2%), la teneur en oméga 3 des filets est faible et les quelques écarts entre les échantillons (indépendants du mode de production) sont moins évidents que pour les œufs. Quels que soient les modes d'élevage des volailles, les filets de poulet analysés présentent des teneurs en protéines semblables.

P. ALLARD/REA

ORIGINE GÉOGRAPHIQUE

Une consommation très tricolore

Cocorico, manger bio signifie bien souvent manger hexagonal. Mais pas forcément local. Explications.

Si la production agricole nationale couvre les trois quarts de notre demande en bio, l'offre de proximité demeure marginale. Appréciés des consommateurs, les circuits courts (vente directe, marchés de producteurs, Amap, etc.) restent un mode d'accès aux produits bio peu répandu avec 13% de part de marché. Ils touchent plus les personnes âgées, diplômées ou vivant dans le sud de la France, selon l'enquête Inca3 sur les comportements alimentaires publiée par l'Anses (Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail). Par ailleurs, la France est loin d'être autosuffisante en bio sur tous les produits, notamment les céréales. Nous sommes parmi les principaux exportateurs en grandes céréales (maïs, blé, orge...). Mais, paradoxalement, nous manquons de céréales bio! Ainsi, seul J. Favrichon garantit l'emploi de céréales françaises (hors quinoa) dans nos mueslis bio. «La situation évolue, selon

Sylvain Doublet, de Solagro. Les producteurs sont conscients que ce système intensif, de moins en moins concurrentiel, est une impasse. En Occitanie, principale région productrice avec le Grand Est, les conversions en bio sont massives bien que les aides manquent.» Il est vrai que le passage du conventionnel au bio demande un soutien de l'État, alors que les aides de la PAC (politique agricole commune) peinent à couvrir les demandes. Inscrit au programme des Assises générales de l'alimentation, qui ont débuté en juillet, un chantier sera consacré (du 1<sup>er</sup> septembre au 30 octobre) à «une alimentation saine, sûre, durable et accessible à tous». L'UFCV-Que Choisir y participera et rappellera au gouvernement ses engagements.

La production de céréales bio doit augmenter en France

La banane de la discorde Parmi les 24% de produits bio «bruts» importés par la France, les fruits exotiques occupent une place de choix et notamment les bananes, dont les Antilles françaises



La France n'est pas toujours autosuffisante.

sonnent pourtant de grandes productrices. Le souci, c'est qu'il n'y a quasiment pas de bananes bio dans ces régions en raison de l'utilisation de fongicides non agréés en bio pour lutter contre la maladie des raies noires. Mais, pour l'Interprofession de la banane (Ugpban), cette impossibilité soulève un autre problème: celui du système de certification AB. Un principe d'équivalence critiqué par les producteurs antillais, pour qui les organismes certificateurs des pays tiers, agréés par l'Europe, seraient trop «tolérants» avec les cahiers des charges bio locaux, qu'ils jugent moins restrictifs. Une critique entendue par l'Europe. Elle réclamera une équivalence stricte des cahiers des charges à partir de 2020. Toutefois, aucun résidu de pesticides n'a été retrouvé dans les bananes bio (toutes issues de pays tiers) analysées (voir p. 18). Et elles sont plus riches en fibres! Cela pourrait être dû à l'emploi d'engrais organiques plus nourrissants en bio ou à un mûrissement du fruit plus long, répond la Cirad, un institut agronomique interrogé à ce sujet. ♦

MUESLIS Tous trop sucrés

Globalement, les mueslis bio sont moins gras: 16 g de lipides en moyenne aux 100 g contre 22 g pour les non bio. Seul J. Favrichon se distingue (■). Quant à Kellogg's Extra, non bio, il est très gras et trop riche en certains acides gras saturés, mauvais pour la santé cardio-vasculaire (■■■). Côté sucres, les fabricants ont la main lourde. À l'exception de Carrefour bio et Quaker (non bio), nos mueslis apportent l'équivalent de deux à deux et demi morceaux de sucre à la portion (sur la base de 60 g). Enfin, les mueslis bio ne contiennent pas



Carrefour Bio	Céréales, chocolat et quinoa	6,18	12,6	★★	★★★	★	★	★★★
Terre et Céréales bio	Duo pépites chocolat noir et lait	6,65	11,9	★	★	★	■	★★
J. Favrichon	Quinoa & chocolat	11,98	11,8	★	★★★	■	■	★★
Bio Village	Marque Repère (Leclerc) Chocolat & quinoa	7,15	11,8	★	★★	★	■	★★
Quaker	Cruesli chocolat	3,68	11,5	★	★★	■	★	★★
Bjorg	Chocolat	7,02	11	★	★★	★	■	★★★
Jordans	Country Crisp chocolat noir	4,29	11	★	★★	★	■	★★
Naturalia	Crunchy chocolat	7,25	11	★	★	★	■	★★
Crownfield Bio (Lidl)	Chocolat	5,38	10,7	★	★	★	■	★★
Leader Price Bio	Au chocolat	7,26	10,4	★	★	★	■	★★
Grillon d'Or	Krounchy chocolat	7,25	8	■	■	★	■	★★
Kellogg's	Extra pépites noir	7,46	8	■	★★★	■	■	★

ÉCHANTILLONS NON BIO

plus de fibres que les autres. Le plus souvent, une portion en fournit entre 4 et 5 g, quand l'apport conseillé en fibres au petit déjeuner est estimé de 7 à 8 g. Aucun des pesticides recherchés n'est retrouvé et aucune mycotoxine n'est quantifiée. Mais, concernant le taux d'acrylamide, les mueslis bio ne sont pas les plus recommandables. Les teneurs les plus hautes de ce composé génotoxique et cancérigène sont en effet mesurées dans 5 mueslis bio. Grillon d'Or atteint même les valeurs seuils de l'Union européenne pour ce groupe d'aliments (■).

# Pas à la portée de tous

Que ce soit dans les enseignes spécialisées ou en grandes surfaces, le nombre de produits bio proposés ne cesse d'augmenter. Mais leurs prix restent trop élevés pour une large part de la population.

MARIE-NOËLLE DELABY AVEC SANDRINE GIROLLET

**A** la caisse des magasins bio, la douloureuse porte bien son nom ! Le bio demeure trop cher. Les ventes profitent pourtant d'une dynamique insolente, dont les enseignes spécialisées (37% de part de marché) sont les principales bénéficiaires. À l'instar de Biocoop, leader sur ce créneau avec 382 magasins en France, qui annonçait, en 2016, une hausse de son chiffre d'affaires de 25% comparé à 2015. Avec 45% de part de marché, les grandes surfaces classiques, qui touchent davantage les acheteurs occasionnels de bio, ne sont pas en reste et développent désormais des magasins dédiés comme Carrefour Bio ou Auchan Cœur de nature.

## BILAN ÉCONOMIQUE DU BIO

### Les voyants sont au vert

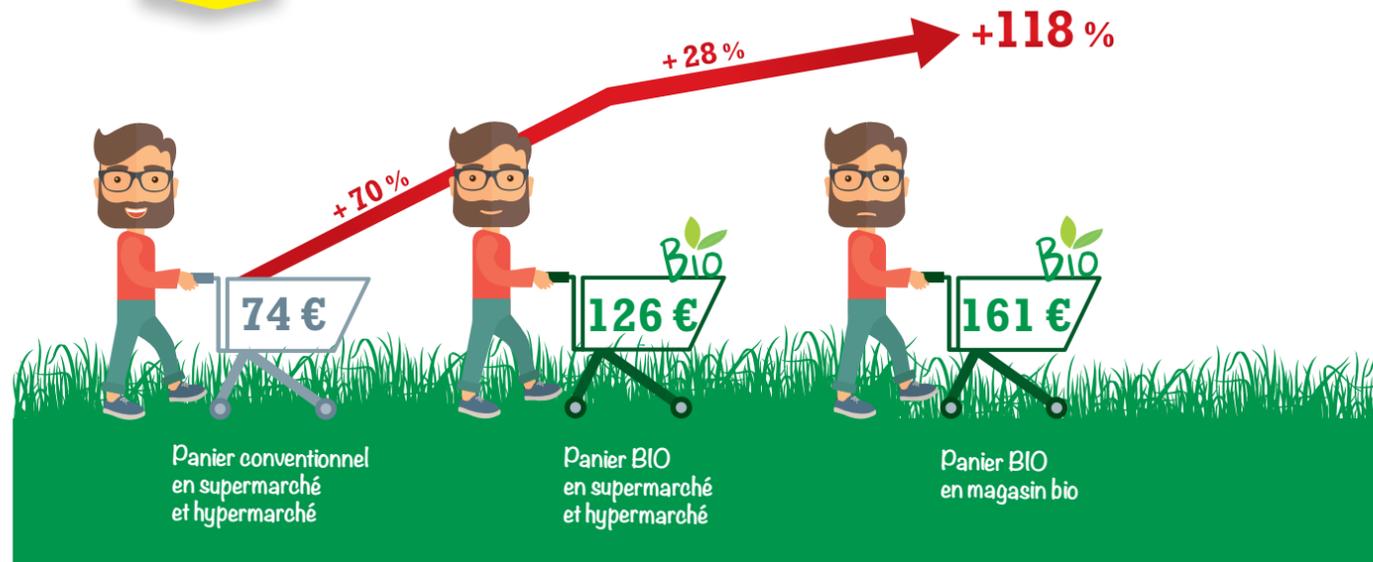
Parallèlement à la production de biens agricoles, l'agriculture génère des externalités, c'est-à-dire des coûts négatifs (coûts sociaux) ou positifs (bénéfices). En novembre 2016, l'Inra (Institut national de la recherche agronomique) et l'Itab (Institut technique de l'agriculture biologique) sortaient conjointement une étude

faisant l'examen des externalités du bio. Et le bilan est très bon ! Parmi les externalités positives du bio, il y a notamment la moindre pollution de l'eau par les pesticides et les nitrates. Cela générerait de 20 à 46 € d'économies à l'hectare en zone de grandes cultures (grâce à la baisse des coûts liés au traitement de l'eau, en

particulier). Autre aspect positif du bio pour l'économie, la création d'emplois du fait de besoins accrus en main-d'œuvre. L'étude précise que d'autres bénéfices économiques de l'AB existent mais ne peuvent être chiffrés (moindre contribution à l'antibiorésistance, moindre exposition aux résidus de pesticides...).

## ENQUÊTE PRIX

Montant du même panier en hyper/supermarché et en magasin bio



Alors que l'augmentation de l'offre devrait logiquement infléchir les prix, nos relevés dans 1 518 points de vente montrent une réalité tout autre. Ainsi, pour un panier de 30 produits représentatifs de la consommation des Français (fruits et légumes, viande, épicerie, boissons...), nous constatons un surcoût de 70 à 118% des produits bio par rapport à leurs équivalents non bio, selon les circuits de distribution (voir infographie ci-dessus) ! Et l'écart s'est creusé depuis nos derniers relevés, en 2009 (QC n° 478).

### Des différences très importantes

Notre enquête montre que, dans leur ensemble, les produits bio des magasins spécialisés sont, en moyenne, 28% plus chers que ceux de la grande distribution. Mais il y a une exception, qui concerne les produits bio les plus consommés : les fruits et légumes. Ils sont 10 € moins chers en magasin bio qu'au rayon bio d'un supermarché traditionnel (voir infographie p. 23). En effet, les fournisseurs étant souvent de petits producteurs, la grande distribution, plus habituée à traiter de gros volumes, manque de souplesse pour négocier des prix intéressants. Et elle ne renonce pas à ses marges ! Sur certains produits d'épicerie, en revanche, le surcoût du bio des magasins spécialisés par rapport à la grande distribution peut être énorme, allant du simple au double (116% en moyenne pour le cidre ou 102% pour le riz basmati). Et peut parfois être difficile à comprendre pour des produits plus que ressemblants ! Explication : les enseignes spécialisées refusent de proposer des marques existant en grandes surfaces de peur d'être accusées de vendre du bio industriel. Du coup, les fabricants souhaitant vendre dans les deux circuits n'hésitent pas à jouer sur...

deux tableaux. C'est le cas, par exemple, du groupe Bjorg Bonnetterre et Compagnie, qui possède les marques Bjorg (grande distribution) et Bonnetterre (magasins spécialisés). Quitte à proposer parfois des recettes identiques sous deux packagings différents et à des prix pouvant varier de 20% selon les circuits. Certes, produire vert coûte plus cher. Ayant un rendement moindre (jusqu'à 50% inférieur au conventionnel dans les grandes céréales), l'agriculture biologique demande plus de main-d'œuvre et d'espace pour une production égale. De plus, ce mode de production offre souvent une rémunération plus décente aux producteurs. Dans la filière laitière, les producteurs bio touchent en moyenne 45 centimes par litre contre 29 en conventionnel (hors primes). Mais cela n'explique pas une telle différence de coût pour le consommateur. La question des marges des distributeurs mérite d'être posée, tant l'opacité est grande du transformateur au distributeur.

### Fracture sociale dans l'assiette

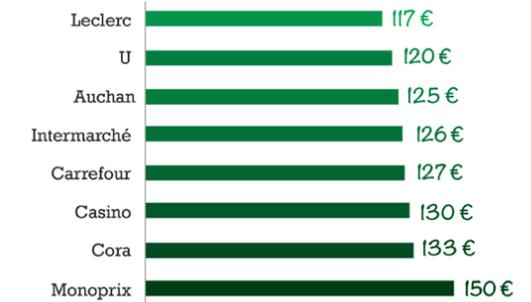
Un surcoût d'autant plus regrettable qu'il place le bio hors de portée d'une large frange de la population. Les conclusions de l'étude de consommation Inca3 publiée par l'Anses (Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail) en juillet 2017 sont édifiantes : de 3 à 79 ans, la consommation d'aliments issus de l'agriculture biologique apparaît deux fois moins fréquente lorsque l'individu (ou son représentant) est ouvrier, employé ou à un niveau d'étude primaire/collège que lorsqu'il est cadre ou qu'il a fait des études supérieures. S'il décolle économiquement, le secteur du bio ne semble, hélas, pas près de se mettre à la portée de toutes les bourses. ♦

Coût du même panier de fruits et légumes en hyper/supermarché et en magasin bio

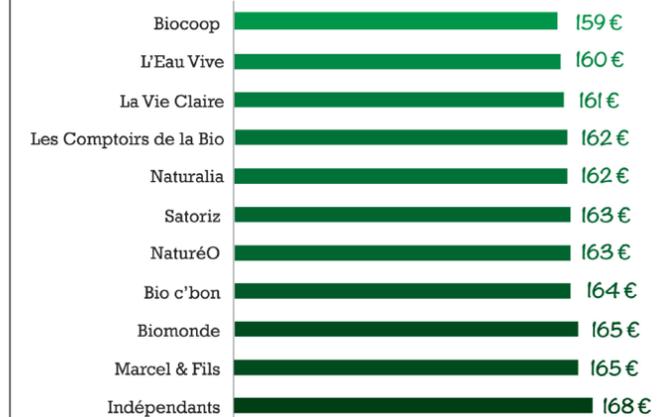


Plus chers sur notre panier complet (voir ci-contre), les magasins bio font toutefois mieux sur les seuls fruits et légumes.

Coût de notre panier bio par enseigne Grande distribution classique



Magasins spécialisés en bio



Du 18/3 au 2/4/2017, les bénévoles de l'UFC-Que Choisir ont enquêté anonymement dans 713 magasins spécialisés bio en France. Le relevé du panier conventionnel et bio en grandes surfaces a été réalisé sur les sites drives des enseignes. Au total, 1 518 magasins ont été enquêtés et 39 500 prix relevés.

Disponibilité en magasin

### Préférez les enseignes spécialisées

Face aux grandes surfaces classiques, les magasins spécialisés l'emportent concernant la disponibilité des produits bio. Sur une liste de 30 produits que nous avons recherchés dans 713 magasins bio et 805 grandes surfaces, elle allait de 56% (Biomonde) à 87% (NaturéO) en enseignes spécialisées, contre à peine 41% (Intermarché) à 59% (Monoprix) en hyper et supermarchés.