

Les aliments fermentés en quelques chiffres



Marché mondial
des aliments fermentés (2024) :
~204 milliards d'€

Répartition géographique

1^{re} Place ➡ Asie-Pacifique
(40 % du marché global)

2^e place ➡ Amérique du Nord

3^e place ➡ Europe

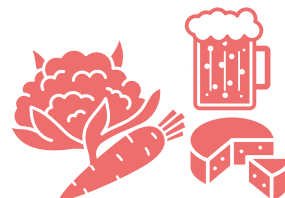


Répartition dans le monde par catégorie de produits fermentés

50-80 % : produits laitiers (yaourt, fromage, kéfir de lait)

20-30 % : boissons (kombucha, boissons probiotiques, bière, vin)

< 20 % : légumes/produits fermentés végétaux (kimchi, choucroute...)



Quantité de microorganismes

vivants présents dans 1 gramme

d'aliment fermenté : 10 000 à 1 000 000 en moyenne, jusqu'à 1 000 000 000 dans certains produits laitiers

**+ de 5 000
aliments fermentés
différents dans
le monde !**

Grande diversité d'espèces microbiennes associée aux fermentations

Le kéfir, jusqu'à **~ 60 espèces différentes de bactéries et levures** peuvent être détectées dans un même kéfir

Le Pélardon (fromage de chèvre au lait cru) :
21 espèces bactériennes et 15 champignons filamenteux



3 grandes familles de microorganismes
dans les aliments fermentés :
les bactéries, les levures et les champignons filamenteux (moisissures)



Quelle part d'aliments fermentés dans notre diète ?

Régimes alimentaires traditionnels : les aliments fermentés représentent une fraction majeure de la diète, souvent **~ 15 %**

- **Étude japonaise** : **~438 g/jour par personne**
= **17 %** du poids total de l'alimentation quotidienne
~ **18 %** de l'apport énergétique total

- **Étude néerlandaise** : **de 17 à 28 % de la consommation quotidienne** selon les régimes considérés (forte consommation de fromage, yaourts, pain...)