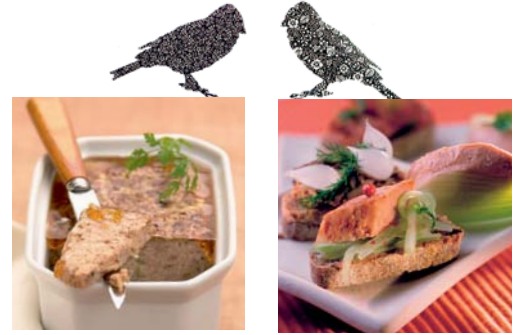


DOSSIER DE PRESSE  
MARS 2011



# Les charcuteries, beaucoup + que du plaisir...



avec les **pâtés, terrines,**  
**ballotines** et **galantines**



# "In" les terrines "Branchés" les pâtés



Démodées les culpabilités devant des repas calculés au pèse-lettres. Finies les inventions culinaires alambiquées. "Out" la furie de la cuisine moléculaire. Du vrai, de l'authentique, la France redécouvre ses classiques. Pas si classique cela dit...

## **Furieusement "tendance"**

Il a tout pour plaire, le pâté : zéro préparation, des saveurs "bien de chez nous" qui parlent de terroir, d'enfance et de gourmandises oubliées.

## **Champion de la convivialité**

Il s'attable sympa, avec les copains qui arrivent à l'improviste le dimanche. Il s'impose aux banquets de troisièmes mi-temps des sportifs, il s'habille de dimanche pour les fêtes familiales et met tout le monde d'accord pour combler les petites faims des enfants et de leurs aînés.

## **Il a un sacré caractère, mais sait se plier à tous les caprices**

Léger comme un soufflé pour satisfaire les appétits d'oiseau, rustique ou généreux pour ceux qui ont un bon coup de fourchette, subtil ou sophistiqué pour les palais les plus délicats, aussi à l'aise chez les "tradi" que chez les "branchés".

## **Complice de tous les instants**

Il suit le mouvement. Partout : dans la lunch box du déjeuner sur le pouce, dans le sac du randonneur, dans le panier des pique-niques...

## **Il se met en cinquante pour séduire**

Avec une infinité de recettes, le savoir-faire de tous, il se réinvente en permanence, offrant à nos gourmandises une variété inouïe de saveurs et de textures.

## **Il est toujours prêt !**

Dans le placard à provisions ou au réfrigérateur, en conserve, en verrine, sous vide, il attend son heure. "Bien de chez nous", complices, fédérateurs, nomades, vite prêts, gourmands, normal qu'ils soient si "tendance" les terrines et le pâté. Ils sont des vedettes de ces gourmandises charcutières qui vous apportent beaucoup plus que du plaisir...

# Toute une histoire D'hier à aujourd'hui



**Les Grecs** n'aimaient que la viande grillée. Et **les Romains** ? On dit que **Néron**, qui n'avait pas que des défauts, raffolait du pâté. L'usage, dans les familles riches de consommer des préparations à base de viande de porc, d'agneau, de canard ou de hure de sanglier est, semble-t-il, postérieur à la découverte des délices de la charcuterie gauloise.

Le mot "pâté" vient, à l'origine, de la pâte dont on entourait la préparation de viande cuite hachée et lardée afin, explique, à la fin du XIV<sup>e</sup>, le *Mesnagier de Paris* "de rendre la préparation plus tendre et du meilleur goût et la conserver plus longtemps".

La confection du pâté au Moyen Âge est encore affaire de professionnel. On apporte la viande bouillie chez le pâtissier avec pour mission de la "menuement mincer et détrencher". La pâte fait office de contenant. Elle est dure, et on ne la consomme pas. Mais dès le XVI<sup>e</sup> siècle, elle fait le bonheur des travailleurs de la ville.

Le métier de pâtissier largement ambulant permet la consommation rapide pour les travailleurs avides de manger vite. "La viande achetée cuite et préparée coûte moins cher que celle qu'on achète crue au marché. Ainsi, le chétif ouvrier peut manger gras ou maigre aussi bien que le bourgeois" explique un ambassadeur vénitien de passage à Paris. La sophistication

des préparations va faire de ces "pâtisseries", des plats si recherchés qu'il devient d'usage de se les offrir en cadeaux entre seigneurs.

**Au XVIII<sup>e</sup> siècle, le pâté, devient très "people".** On crée pour des personnages célèbres des spécialités qui portent leur nom. On confectionne ainsi des pâtés à la Mazarine, à la Cardinal, à la Reine...

Les  
**charcuteries,**  
beaucoup + que du plaisir...

## Quand le pâté se laisse "emballer"

Curieusement c'est à **Napoléon 1<sup>er</sup>** que le pâté doit de connaître un véritable tournant de son histoire. À la recherche d'un moyen de conservation des aliments pour ses armées en campagne, l'Empereur lance un concours. Le jeune **Appert** (1749-1841) présente en 1795 son invention : un procédé associant traitement thermique et emballage étanche. Le procédé de stérilisation des aliments à la chaleur, appelé depuis "**appertisation**" est encore utilisé aujourd'hui. Le pâté quitte sa pâte.

L'invention de la **boîte en fer-blanc**, en 1812, va encore améliorer les possibilités de conservation longue durée des pâtés. Il va permettre un nomadisme de saveurs qui va ouvrir le champ des possibles en matière de variétés. L'apparition de nouveaux types de conditionnement, les progrès dans les techniques de fabrication, l'équipement en réfrigérateurs aboutissent au XX<sup>e</sup> siècle la multiplication des spécialités et des présentations disponibles aujourd'hui sur le marché.

## Chiffres clés

- **19 100 tonnes** de pâté de campagne ont été produites en France en 2014<sup>(1)</sup>.
- **5 200 tonnes** de pâté de type galantines et ballotines ont été produites en France en 2014<sup>(1)</sup>.
- **30 400 tonnes** de pâté et préparations diverses à base de foie ont été produites en France en 2014<sup>(1)</sup>.
- **61 000 tonnes** de pâté ont été achetées en 2014<sup>(2)</sup>.

(1) Source : FICT - Ministère de l'Agriculture SSP

(2) Source : Kantar WorldPanel - France AgriMer 2014

# Le pâté de campagne



## Hum ! Quelle texture !

Des grains qui roulent  
souplement sur la langue,  
un moelleux qui se muscle  
de la franchise de goût de chairs  
qui le composent, une pâte dense  
qui invite aux tranches  
généreuses...

À elle seule, sa texture  
met en appétit.



## Un vrai caractère

Champion de la convivialité,  
ses saveurs authentiques,  
sa générosité de goût  
et de texture réunissent  
autour de lui les "tradi"  
comme les nouvelles tribus  
éprises d'authenticité.

Sous son apparente rusticité,  
il a des subtilités qui racontent  
les infinies nuances  
de la gastronomie  
des terroirs français.



## Il s'accessoirise

### Classique

avec de larges tranches de pain de campagne  
ou des morceaux de baguette tradition,  
quelques cornichons et petits oignons blancs.

### Bobo chic

avec des pains à l'anis ou au cumin,  
de cerises ou pâtisseries au vinaigre,  
des salades de roquette ou de pourpier.

### Convivial

sur la table d'un buffet de copains, ou il aimera  
la compagnie de fougasse aux olives, de salade  
de concombres ou d'endives, d'une frisée aillée.

### Oriental

en accord sucré salé avec une salade d'oranges  
et oignons rouges relevée de cumin, une salade  
de pois chiches ou de poivrons rouges.



La douceur  
du vrai.



## Des secrets de fabrication très codifiés

Il a autant de recettes que de chefs. Mais pour justifier son appellation, le pâté de campagne doit répondre à des normes précises :

- **Un hachage gros grains**  
(grille de 4 mm) qui inclut les chairs et graisses dans une farce fine qui ne doit pas représenter plus de 40 % du produit à la mise en œuvre.
- **De la viande de porc**, à l'exclusion de toute autre viande, avec, selon les spécialités régionales, plus ou moins de foie ou d'abats.
- **Des liants, exclusivement naturels, pour les pâtés "à l'ancienne"** qui imposent le moulage à la main, des modes de cuissons douces (95 degrés environ) et lentes (de **6 à 8 heures** environ pour une terrine de 6 kg) qui lui donnent sa saveur et son moelleux.

## Des délicatesses, avec du punch

**Son tempérament n'aime pas les mièvreries mais sa rusticité sait se nuancer de subtilités. Il épice son goût :**

- De condiments, sel (parfois de Guérande ou de Noirmoutier), des poivres, baies épices variées,
- D'alcools (vin jaune du Jura, vin blanc, Armagnac, Cognac, liqueur de genièvre),
- D'herbes (persil, thym, marjolaine ou sauge),
- De champignons (cèpes morilles ou truffes) ou de fruits secs (noisettes, noix, châtaignes etc.).

## Un véritable esprit de famille

Chaque région a ses recettes de campagne. Certaines spécialités locales sont devenues des gloires nationales :

- **Le Pâté Breton**  
le plus connu des pâtés de campagne, est fabriqué exclusivement à partir de viande et de foie de porc. Toujours cuit au four, l'une de ses particularités étant l'échaudage des gras ou pochage.
- **Le Pâté Rennais**  
doit obligatoirement comporter 1/3 de foie et de cœur et 10 % de couenne de porc et beaucoup de persil.
- **Le Pâté Jurassien**  
impose un minimum de 15 % de viande de foie de porc et 3 % de vin du Jura.

Les  
**charcuteries,**  
beaucoup + que du plaisir...



### Il va si bien...

#### Aux familles

qui apprécient d'en faire leur plat unique vite fait du dimanche soir et l'accompagnent d'une belle salade et de cornichons.

#### Aux tribus

qui en font le plat de résistance des pique-niques de l'été.

#### Aux sportifs

qui improvisent une troisième mi temps "bien de chez eux" qui a les saveurs d'un terroir dont ils défendent haut les couleurs.

#### Aux cadres pressés

mais néanmoins gourmets, qui en font d'ordinaire leurs déjeuners sur le pouce.

#### Aux adeptes du brunch

qui adorent y associer diverses crudités au rythme des saisons : asperges, radis noirs, carottes, champignons de Paris, etc.

Un goût unique,  
**intemporel,**  
une tartine  
savoureuse  
qui sent bon  
**le terroir !**



# Le pâté de foie

Texture mousseline, teint de pêche, tout en raffinement. Le basique vintage des repas d'enfance se réinvente, irrésistiblement mode.

## Son trait de caractère

La finesse de sa texture, qui résulte d'un hachage dit "à grain fin" et son fondant aérien qu'il doit à l'adjonction de liants particuliers et aux techniques qui oxygènent sa pâte.

Tout doux, il cache bien son jeu. C'est un grand costaud riche en fer. Le tout avec un chic absolu !



## Il s'accessoirise

### Fondant

sur une baguette bien fraîche ou de pains aux fruits au déjeuner.

### Complice en légèreté

avec des pousses d'épinards, des émincés de fenouil ou de champignons, pour la touche "verte" ou pour jouer le contraste fondant/croquant.

### Sucré salé

avec quelques grains de raisin blanc d'Italie ou des lamelles de pommes pour des entrées raffinées.

## Ses basics

Du foie de porc évidemment, dans une proportion d'au moins 15 % de la totalité du produit pour le pâté de foie "basique", 20 % pour le pâté de foie dit "supérieur".  
Des viandes maigres et des graisses des animaux précités.

Vintage,  
irrésistiblement  
mode.

## Ses secrets de fabrication

- **Le hachage** de foies et des graisses ultra-fin se fait "au cutter" et mêle intimement les arômes (échalotes revenues dans du beurre, sel, poivre) et les liants (œufs, féculé, lait ou crème).
- Un procédé injecte de l'air dans la pâte pour l'alléger.
- **La cuisson lente**, qui développe les arômes, se fait pendant **5 à 6 heures**, au four, à l'étuvée à 76 degrés, dans de longs moules tapissés d'une barde de porc.



## Un certain esprit de famille

- On trouve des "**pâtés**", des "**mousses**" et des **crèmes** de foie. Ces dénominations, qui ne correspondent à aucune réglementation particulière, sont laissées à la libre fantaisie du fabricant et du distributeur.
- Certains mettent un point d'honneur à mettre de la **crème fraîche** dans les crèmes.
- Penchez-vous sur la tranche de pâté qui vous est proposée. De minuscules **petits trous** indiquent que la lente cuisson a permis une fermentation qui exalte les saveurs du pâté.



Les  
**charcuteries,**  
beaucoup + que du plaisir...

## Il va si bien...

### Aux "fashionistas"

qui le tartinent, léger, en fine couche sur de fines tranches de pain de mie ou un cracker suédois ou le déposent sur des feuilles d'endives, telles des barquettes.

### Aux seniors

dont le petit appétit et la moindre envie de sortir la batterie de cuisine pour se faire à dîner se ravissent d'y trouver sous un petit volume l'apport en protéines dont ils sont souvent en manque.

### Aux petits loups

qui savourent d'un bon appétit cette mousse qui se déguste sans effort de quenottes.

### Aux maîtresses de maison pressées

qui tartinent les sandwiches du pique-nique ou qui improvisent un buffet raffiné à petit prix en garnissant des navettes de pain au lait.

Un caractère  
affirmé  
en toute  
**délicatesse.**

# Le pâté forestier



Avec sa très fine mosaïque de viandes et de champignons, il invente en de savantes compositions des alliances subtiles de saveurs et de textures aux parfums d'automne.



## Hum ! Quelle texture !

Dans une farce fine qui glisse en bouche, des petits morceaux de foie et de champignons plus grossièrement coupés musclent de leurs saveurs franches l'ensemble de la préparation. Le hachage dit "mixte" des divers ingrédients permet toute une variation de textures mettant en valeur la qualité des matières premières.



## Un vrai caractère

Ce vrai virtuose qui fleurit bon l'automne et les sous-bois sait jouer une symphonie de saveurs et de textures pour émoustiller gaiement les papilles. Un chef-d'œuvre d'équilibre !

La composition  
d'un  
virtuose.

## Il s'accessoirise

### Rustique

Rustique avec de larges tranches de pain de campagne grillées, une confiture d'oignons ou une frisée.

### Raffiné

sur des tartines de baguette viennoise, ou de pain brioché accompagnée d'œuf coque ou cocotte, d'asperges vertes assaisonnées d'un trait d'huile d'olive et de vinaigre balsamique ou d'émincée de cœur d'artichaut.

### Chasseur

en accompagnant d'une marmelade d'airelles ou de carrés de pâte de coing, une terrine de sanglier ou de lièvre forestière.

### Familial

accompagné d'une salade de pommes de terre vitelotte ou de carottes, d'une émincée de radis noirs ou de champignons de Paris crus agrémentés de persil.



## Des secrets de fabrication bien gardés

- Pour avoir la dénomination de pâté forestier, un pâté doit contenir des **champignons sylvestres** (cèpes, bolets, morilles, trompettes de la mort, lactaires délicieux, etc.) dans une proportion **entre 1 et 10 %** de la préparation.
- Dans la mesure où rien n'impose une texture particulière aux pâtés forestiers, certains ont pour base une farce qui les apparente plutôt à des **mousses**, d'autres à des **pâtés de campagne**. Les différences se voient... à l'œil nu et s'apprécient selon que l'on aime des saveurs légères tout en subtilité ou la franchise de goûts de champignons plus "tranchés".



## Une grande famille

**Mousse de canard forestière, pâté de canard forestier, terrine de sanglier forestière.**

Chaque région a sa spécialité forestière. Les propositions suivent le rythme des saisons pour les pâtés à l'ancienne qui n'utilisent que des produits frais dans leur composition.

Autour  
des champignons,  
un florilège  
de saveurs.



Les  
**charcuteries,**  
beaucoup + que du plaisir...

### Il va si bien...

#### Aux nostalgiques des gourmandises d'autrefois

au temps où les grands-mères confectionnaient leurs terrines avec les produits de la cueillette des champignons

#### Aux gastronomes en culottes courtes

qui s'initient avec lui à la découverte des textures et des saveurs.

#### Aux mamans en panne d'imagination ou de temps

qui en font une entrée rapide mais raffinée des repas de famille du dimanche.

#### Aux citadines pragmatiques

qui, misant sur une hypothétique cueillette miraculeuse, prévoiront une belle tranche de pâté forestier pour faire illusion.

# Galantines et ballotines

Résolument festives, elles sont l'expression luxe de l'art charcutier.



## Hum ! Quelles textures !

Moulées dans des fourreaux de barde cylindriques, pour les ballotines, ou érigées en pyramides dans des moules à section trapézoïdales, pour les galantines, ces architectures de mousses assemblent, de la fine mousse jusqu'à la farce hachée au plus gros grain, des textures variées qui s'articulent autour d'un cœur plus dense, souvent constitué de foie gras ou de mousse de foie gras ou qui emprisonnent de longs morceaux de viande maigre de volaille, de gibier de veau de porc ou de lapin (appelés des lèches).



## Un vrai caractère

Avec des matières premières nobles triées sur le volet, des architectures élaborées comme autant d'œuvres d'art, des finesses de détails qui impriment à chacune un style sans comparaison, elles sont la Haute Couture de la charcuterie.



Un Luxe  
de finesse.

## Elles s'accessoirisent

### Gourmettes

avec des toasts de pain brioché ou de brioche, des petits pains au lait qui réhaussent la douceur du foie gras, à accompagner de figues fraîches, de lamelles de fond d'artichaut.

### Fantaisistes

avec une collection de petits pains aux céréales, aux graines de sésame ou de cumin ou pourquoi pas de fines tranches de pain d'épices. À accompagner d'une jolie salade verte aux pignons ou aux noisettes.

### Traditionnelles

accompagnées de tranches de pain complet grillé ou de pain de campagne aux raisins, de petits légumes au vinaigre et d'une Trévise assaisonnée d'un trait de vinaigre balsamique.

### Sophistiquées

avec de belles asperges blanches aromatisées d'une vinaigrette à l'orange pour glamouriser une galantine de poulet ou de ris de veau.

### Sucrées salées

avec une salade orange et oignons doux à la cannelle pour jouer le contraste avec une terrine de gibier.

## Top secrets de fabrication

- La composition de ces ballotines et galantines est un secret jalousement gardé par chaque chef cuisinier. **La fantaisie** de chacun prime sauf un détail : la masse maigre du produit doit au moins être égale ou supérieure à **35 %** du total. Pour le reste, le pouvoir est à l'imagination.
- Les charcutiers peuvent donner à leurs préparations **des formes diverses** (silhouette de lapin, de canard ou d'oie), y mêler des végétaux, carottes, petits pois, champignons, truffes, des fruits secs, noisette, pistache, amandes et divers condiments, poivres ou baies.
- Les ballotines et galantines sont ensuite **cuites au torchon** dans des bouillons de volaille et de légumes.

## Une grande famille

- Il y a des ballotines et galantines **au foie gras d'oie et de canard**, des ballotines ou galantines de **foie de canard maigre**, et qui doivent obligatoirement le préciser à la vente, des ballotines "de volaille", "de lapin", "de gibier", "de jambon" ou "de ris de veau", qui doivent comporter au moins **20 %** du produit pour justifier l'appellation "de" ou se contenter de l'appellation "au" si ce pourcentage est inférieur.
- **Le cou d'oie farci**, qui lui, est cuit dans de la graisse d'oie et le cou de canard farci périgourdin qui doit comporter un minimum de **10 %** de foie gras dans sa farce en sont des variantes.



Le plus  
**féminin**  
des pâtés.



Les  
**charcuteries,**  
beaucoup + que du plaisir...

## Elles vont si bien...

### Aux fêtes carillonnées

pour lesquelles elles se parent de décors de circonstance et offrent la surprise de leurs délices raffinés.

### Aux grandes tablées

qui peuvent généreusement se partager le luxe de leurs matières premières d'exception pour un tarif moins prohibitif que dans leur présentation "brute".

### Aux amoureuses et aux amoureux

qui l'invitent à un petit tête à tête raffiné qui les dispense de se mettre en frais en sortant les casseroles.

### Aux dîners entre copines

où elles font merveille sur des plateaux télé, succincts et pourtant sophistiqués.



# Entre tradition et modernité

## L'excellence d'un "Savoir-faire charcutier français"

Qualité et traçabilité des matières premières, contrôles sanitaires d'un bout à l'autre de la chaîne de fabrication, toutes les exigences nutritionnelles de la gastronomie moderne sont devenues des musts incontournables. Il appartient à chaque producteur d'interpréter selon son talent ce chef-d'œuvre du quotidien culinaire.

### Un grand principe, d'innombrables déclinaisons

Le principe du pâté, c'est une viande ou des abats, du gras, des liants et des assaisonnements, hachés, mêlés et mis à cuire longtemps dans différents contenants. En pratique, les variations sur le thème sont infinies.

### Décisif, le choix de la matière première

Les matières premières sont choisies en fonction de la recette : gorges, gras foie pour le campagne traditionnel, les forestiers les mousses et les crèmes ; viande maigre, poitrine, jambon pour les pâtés de chair.

**Les viandes, qu'elles soient de porc**

**ou de volaille, sont sélectionnées avec minutie.** Les producteurs les plus exigeants choisissent du porc "fermier" ou "Label Rouge" dont l'élevage répond à des normes d'alimentation et de conditionnement très rigoureuses. De même, les volailles sont le plus souvent "fermières" ou "Label Rouge" dans les pâtés supérieurs.

La qualité de la matière première est décisive. Les pâtés à l'ancienne s'interdisent l'utilisation de viandes surgelées, la plupart des pâtés sont réalisés aujourd'hui à partir de matière première fraîche. **Le choix des "gras" se fait en fonction de la spécialité. Ce choix est particulièrement important car il est porteur de goût.** Pour les pâtés à gros grains où le gras doit rester apparent, on choisit la graisse compacte de l'épaule ou du col que l'on échaude avant de la hacher

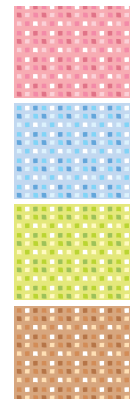


**Le Code des Usages de la charcuterie fixe des règles et la composition précises pour chaque dénomination de vente.**

Les artisans, comme les industriels ont mis leur point d'honneur à déployer pour lui toute l'étendue d'un savoir-faire qui emprunte à la tradition ses recettes et ses coups de main, mais rationalise la fabrication avec des procédés où rien n'est laissé au hasard.

afin de lui conserver sa tenue, ou préfère le gras de poitrine pour les préparations demandant une texture plus souple, et du gras de longe pour confectionner les bardes. Le gras de jambon donnera des préparations plus parfumées que le gras de col ou de poitrine.

**Les liants sont naturels, dans toutes les préparations dites "traditionnelles" ou à l'ancienne :** œufs, laits ou farine ou féculés. Elles peuvent être remplacées par des liants minéraux ou liants cellulose dans les pâtés d'entrée de gamme.



## Et le bio ?

Aujourd'hui, certains producteurs commencent à proposer des produits bio. Le prix de revient s'en ressent un peu, mais les saveurs aussi. Tous les éléments entrant dans la préparation (viandes, œufs, laits etc.) d'un pâté "bio" sont obligatoirement "bio".

## Un art de précision

**Les proportions** des différents ingrédients, dans les limites définies par le Code des Usages de la Charcuterie, comme l'assaisonnement, sont laissées à l'initiative de chaque fabricant.

**L'assaisonnement** ne doit en effet pas masquer le goût de la viande. Il doit simplement le relever. Le trop salé, trop épicé, les herbes en trop grandes quantités dénaturent la saveur.

Dans le cadre d'une fabrication industrielle, une fois élaborée au gramme près, la recette est "mémosée" sur ordinateur afin d'assurer une qualité constante à la préparation.

**Les températures, temps et programmes de cuisson** sont de la même manière programmés dans les grands fours où viendront se cuire terrines et pâtés en moule.

**Le hachage à l'échelle industrielle** des chairs et des graisses reproduit le hachage "maison". À une différence près : le hachage "au cutter" pratiqué en usine permet de réaliser des hachages **ultrafins** qui donnent leur **légèreté** aux mousses de pâté.

## Des terrines et des moules

**Le choix du moule influence la texture et la saveur.** En terrine plastique, le pâté est plus sec. La chaleur qui pénètre plus vite au cœur du pâté et le refroidissement plus rapide ne permettent pas la même évolution nuancée des saveurs.

**La terre cuite** de la terrine fait barrière à une montée en chaleur trop rapide au début de la cuisson. La diffusion progressive de la température jusqu'au cœur du pâté permet un développement des saveurs. C'est pour cette raison que **la cuisson en grandes terrines est préférée aux petits formats pour un résultat encore plus goûteux.** La présentation en frais emballé de grandes tranches préemballées permet de proposer la qualité des grandes terrines "à l'ancienne" aux ménagères d'aujourd'hui.

En bocaux, comme en barquettes de fer-blanc, la préparation est "poussée" mécaniquement dans le contenant. La cuisson en panier autoclave est plus rapide. La pâte, plus "choquée" n'a pas autant de loisir d'exprimer ses arômes.

Les  
**charcuteries,**  
beaucoup + que du plaisir...



## Inimitable, le savoir-faire traditionnel

Pour aérer la pâte du pâté et autoriser à la cuisson la fermentation qui développera les saveurs, rien ne vaut le moulage de la pâte à la main. Dans les usines où sont fabriqués les pâtés de campagne ou terrines "à l'ancienne", cette étape n'a pas été mécanisée, pas plus que l'application d'une infime couche de caramel qui donnera au pâté tout son doré de surface.

# Du côté nutrition

## Une famille pleine de diversité

Cette diversité de produits s'explique par la nature des matières premières utilisées (porc, volaille, gibier), les différents modes de préparation des viandes (aromates, marinades) mais également le hachage et la cuisson.

- **Le pâté de campagne** est toujours pur porc : à base de gorge découennée, de foie, avec éventuellement de la viande de porc et d'autres abats.
- **Les pâtés de foie** s'élaborent à partir de foie et de gras de porc ou d'autres espèces (ex : volaille).

## Quelle est la portion recommandée ?

Aliments	Poids moyen à l'unité	Portion moyenne
Pâtés, terrines, mousses	Variable (en bocal, en tranche à la coupe, en conserve)	40 g

## Valeurs nutritionnelles du pâté de campagne et du pâté de foie de volaille

Aliment	Calories (kcal)	Protéines (g)	Lipides (g)	Saturés (g)	Sodium (g)	Fer (mg)	B2 (mg)
Pâté de campagne (40 g)	134,4 (7 %)	6,3 (13 %)	11,8 (17 %)	4,3 (21 %)	0,3 (12 %)	2,2 (16 %)	0,5 (33 %)

Source CIQUAL 2008

Aliment	Calories (kcal)	Protéines (g)	Lipides (g)	Saturés (g)	Sodium (g)	Fer (mg)	B2 (mg)
Pâté de foie de volaille (40 g)	111,2 (6 %)	4,8 (10 %)	9,2 (13 %)	2,8 (14 %)	0,1 (4 %)	3,7 (26 %)	0,6 (43 %)

Source CIQUAL 2008

## Le plein de vitamines

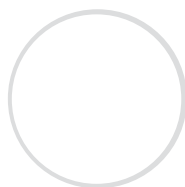
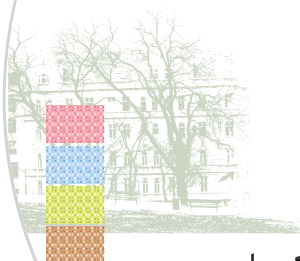
- Source de :  
zinc  
+ fer, sélénium, B6 (foie),  
+ B12 (campagne)
- Riche en :  
B2, PP  
+ fer et sélénium (campagne),  
+ B5, B9, B12 (foie).

Il est également conseillé aux femmes enceintes de veiller à couvrir leurs besoins en acide folique (vitamine B9), que le pâté de foie contient justement en grande proportion.



DOSSIER DE PRESSE  
MARS 2011

# Les charcuteries, beaucoup + que du plaisir...



avec les **pâtés, terrines,**  
**ballotines** et **galantines**

Droits réservés exclusivement à la presse - Mars 2011

Service de presse : VFC Relations Publics  
14 rue Carnot - 92309 Levallois Perret Cedex  
Tél. 01 47 57 67 77 - Fax : 01 47 57 30 03  
Contact : Elodie Lambert - elambert@vfc.fr





**Service de presse : VFC Relations Publics**  
14 rue Carnot - 92309 Levallois Perret Cedex - Tél. 01 47 57 67 77 - Fax : 01 47 57 30 03  
Contact : Élodie Lambert - [elambert@vfcrp.fr](mailto:elambert@vfcrp.fr)