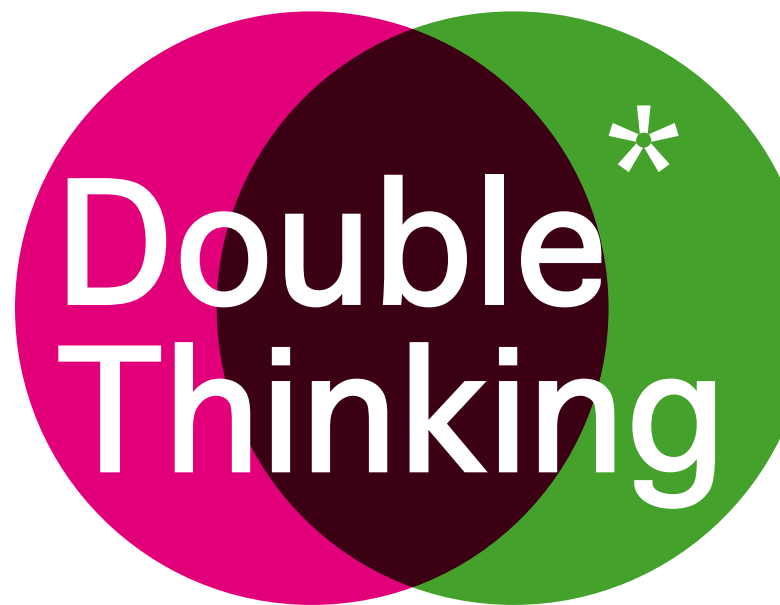


www.makeit-real.fr

www.lrbeva.com



Décryptage croisé par vos experts de l'innovation alimentaire, **Make it real** & **LR BÉVA**.

Un «point de vue innovation» dynamique et global qui rassemble simultanément les compétences produit et la vision consommateur.

N°1 Aout 2010
/CEREALS FEVER/



Après le succès des machines à pain et autres yaourtières, Brandt cherche à relancer la vogue du fait-maison avec des produits de petit électroménager inédits, dont la céréalière. Les barres de céréales faites maison, cela peut sembler anecdotique, pourtant plusieurs facteurs peuvent aider à comprendre la raison d'être de ce produit. Les céréales et les graines ont vu monter leurs cotes de popularité et sont intégrées à un imaginaire forme et gourmandise très fort. Le fameux adage santé/plaisir trouve dans ces petits « haricots magiques » un réel support de naturalité et de bonne conscience. Ceci n'est pas nouveau puisque McDonalds, par exemple, utilise les graines de sésame pour apporter une touche de naturalité à ses produits depuis bien longtemps. Les céréales et les graines sont ainsi incluses à la surface d'un pain, d'un gratin, d'un crackers ou bien parsemées en « topping » croquant. La découverte des « supers fruits » : acérola, grenade, açai ou Goli, partenaires privilégiés des graines, contribue à la montée en puissance de ces dernières, au travers de mix « bénéfiques santé » de graines à grignoter ou de barres amalgamées.

Un produit aussi « nutritionnellement correct » fait donc naturellement échos au principe du « fait maison = meilleur pour moi ». La cuisine est de plus en plus un loisir créatif. Toute la famille peut s'investir ponctuellement et un appareil électroménager dédié est un support de motivation collectif. De nombreuses recettes de mélanges peuvent être imaginées pour réaliser ses barres de céréales maison, répondant ainsi aux envies de personnalisation, de créativité et de quête de « naturel ».

À la manière des « bars à salades » où l'on choisit tous ses ingrédients, on peut donc imaginer que l'hyper-personnalisation soit une des directions du futur de notre quotidien alimentaire où l'individualité prend une place plus importante, à l'image des attitudes outre atlantique. Pour autant, le mangeur « multiple » aime également être guidé dans ses choix par des recettes évocatrices, qui le rattachent à un univers et une convivialité connue.



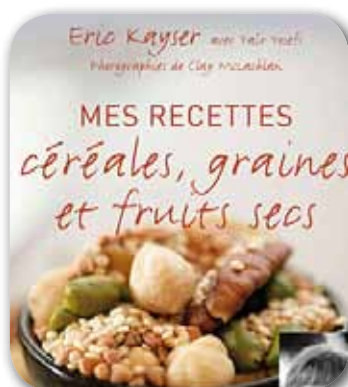
01



02



03



04



05



06

1- EAT NATURAL_Barres cranberries, abricot et yaourt. Leader sur le marché snacking bio et haut de gamme au Royaume-Uni. C'est la gourmandise des recettes originales et pionnières sur certains mélanges qui en ont fait une référence; fruits et macadamia, fruits et noix, amande et abricot, craneberry, macadamia et chocolat.

2- FOOD DOCTOR_Mix de graines pour les plats au wok. « De la nourriture tu feras ta première médecine » disait Hippocrate, food doctor c'est une gamme de produits associés à un programme nutritionnel pour « manger mieux »; le « bien être alimentaire » facilité c'est toute la promesse de cette marque disponible partout au Royaume-Uni.

3-MONOPRIX_Crackers fromage et graines. Pour exempter le crackers apéritif des charges nutritionnelles qui pèsent sur sa tuile fromage, rajoutez quelques graines de courge et de lin aux couleurs verte et marron et le camouflage est opérationnel.

4-ERIC KAYSER_Mes recettes céréales, graines et fruits secs. Les pains « très spéciaux » sont sa spécialité et il a vite compris l'excitation visuelle provoquée par la graine et les fruits secs et a lancé la surenchère du travail de « surface » en boulangerie.

5-BREAD & ROSES_Pain multi-céréales. Le « signe extérieur de naturalité » ou comment dire le BIO sans doute possible.

6-TIPIAK_Brandade gratinée aux éclats gourmands céréales et graines. Les céréales deviennent un « supplément gourmandise » et texture pour des produits de grande consommation. La caution santé et plaisir en surface de votre gratin.



07



08



09



10



11



12

7 et 8-BRAND_Machine à faire ses barres de céréales. Après la machine à pain, la yaourtière et la sorbetière, Brandt a lancé en mai dernier la céréalière et la fromagère. Ces deux nouvelles machines viennent étoffer l'univers du petit-électroménager « fait-maison », en perte de vitesse l'année dernière du côté des machines à pain dont les ventes se sont effondrées de -39,9%. Depuis 2007, ces appareils qui permettent de confectionner soi-même le pain ont été fortement plébiscités. Le taux d'équipement en France s'élève à 25%. « L'âge moyen du parc ne permet pas pour le moment un renouvellement important » avait expliqué le Groupement Interprofessionnel des Fabricants d'Appareils d'Équipement Ménager (GIFAM).

9 et 10-RACHEL KHOO_Barres de céréales muesli et granola maison. Rachel, designer et pâtissière de formation dédie son premier livre de cuisine aux céréales et muesli. Un petit bijoux de créativité et de gourmandise qui démontre bien que ces préparations ne sont plus réservées aux intégristes du bio et de la graine germée, mais à tous les gourmands apprentis sorciers de la cuisine.

11-MELI MUESLI et MYMUESLI_Site de personnalisation de son muesli. La préparation de votre muesli se déroule en 5 étapes avec une sélection de 50 ingrédients. On choisit : une base de céréales parmi 9 mélanges/ des graines et des céréales/des fruits/des noix/Les plus gourmands choisiront de rajouter des confiseries.

12-ELEMENT BARS_Site de personnalisation de ses barres de céréales. Une interface dénuée de tout artifice graphique, informe l'internaute des valeurs nutritionnelles des compositions qu'il est en train de créer. Il est également informé des avantages nutritifs de chacun des éléments : bon pour le cœur, le sport, la mémoire etc.



Le point de vue LR BÉVA

Faire ses barres de céréales soi-même comme une manière de prendre soin de soi, naturellement. C'est l'occasion pour les céréales complètes ou autres graines de sortir de leur niche bio et de conquérir de nouveaux foyers. Seigle, orge, avoine, épeautre sont riches en fibres et glucides complexes et apportent vitamines et minéraux. C'est idéal pour un petit déjeuner ou un snack.

Les sportifs pourront y ajouter fruits secs et autres superfruits comme le gogi ou le cranberry pour encore plus d'énergie. Les intolérants au gluten ou au lactose éviteront le blé et le lait souvent présents dans les produits du marché. Et les plus gourmands ne se priveront pas de pépites de chocolat !

D'un point de vue nutritionnel, la variabilité de l'offre en supermarché rend le choix difficile. Une barre de 20 à 25 g au chocolat peut contenir de 40 à 50 % de céréales, pour un apport calorique de 80 à 130 kcal par barre. Les apports en lipides sont très variables : une barre spécial K en contient 1,5 g, alors qu'un Grany maniac au chocolat en apporte quasi trois fois plus. Les barres les plus caloriques sont évidemment celles qui proposent des oléagineuses comme les noix, noisettes ou amandes et des fruits secs.

Quand on prépare soi-même sa barre de céréales, la maîtrise de la qualité nutritionnelle est liée au bon sens et aux connaissances de chacun. L'offre du marché est en majorité nutritionnellement raisonnable et facilement reproductible à la maison. Pour se rapprocher des barres les plus légères et les plus riches en fibres, il faudra préférer des huiles végétales riches en acides gras insaturés au beurre, et avoir la main légère sur le sucre sous peine d'une explosion des apports caloriques !

Interview de Rachel Khoo,
auteur de Barres de céréales muesli et granola
maison aux éditions Marabout.

« Etant native d'Angleterre j'ai grandi avec des barres à céréales préparées par ma mère au goûter. Lorsque je suis arrivée en France il y a 5 ans je me suis aperçue que la culture était différente et que le choix de barre à céréales étaient plutôt restreint. C'est pour cette raison j'ai commencé à me faire mes propres recettes, et aujourd'hui c'est devenu un produit populaire en France car c'est pratique, sain et simple à faire. En fait c'est le parfait « snack on the go » .

