

LE BIO EUROPÉEN ENGAGÉ À VOS CÔTÉS DEPUIS 1991

CuisinonsPlusBio



Mieux comprendre les fondamentaux du bio

Pour plus de bio au restaurant !



Enjoy It's from Europe
= Plaisirs d'Europe

**ENJOY
IT'S FROM
EUROPE**



Cofinancé par
l'Union européenne

Qu'est-ce que le bio ?

Le bio est un mode de production agricole et agroalimentaire contrôlé par une loi européenne détaillée dans un cahier des charges agronomique de près de trois-cent pages.

Ce cahier des charges bio est le mode d'emploi opérationnel pour appliquer la loi. Les États membres de l'Union Européenne y définissent les modalités de contrôle. Les règles qui encadrent le mode de production biologique, sont les mêmes dans toute l'Europe. La certification bio permet l'utilisation de l'Eurofeuille (obligatoire) et du logo AB (facultatif).

Le saviez-vous ?

**Le label bio est parmi les plus contrôlés !
Un produit bio est contrôlé à chaque étape de la chaîne, de la graine jusqu'à l'assiette (production, transformation, distribution).**

Les grands principes du cahier des charges du bio :

Végétal

- 0 chimie synthétique
- 0 OGM
- 0 herbicide
- Production dans un sol vivant (*culture en bac hors sol interdite*)
- Utilisation de méthodes agricoles écologiques (*recyclage et compostage; rotation pluriannuelle des cultures*)
- 57 substances naturelles autorisées (*sur 455 en Europe*)

Animal

- Alimentation 100% bio
- Production animale hors sol interdite : accès extérieur et pâturage quand les conditions le permettent
- Respect du bien-être et du comportement des animaux : chaque animal dispose d'air, de lumière et d'une surface minimum
- Prévention pour la santé des animaux : méthodes d'élevage stimulant les défenses naturelles. Utilisation d'autres médicaments en nombre limité, uniquement à titre curatif et encadré par un vétérinaire

Produits transformés

- 100% de matières et ingrédients bio dans un produit bio transformé
- 0 exhausteur de goût
- 0 colorant synthétique
- 56 additifs d'origine naturelle autorisés en bio, sur 320 autorisés en Europe

61000

c'est le nombre de fermes bio en France⁽¹⁾

1%

c'est la part du bio dans la restauration commerciale en 2023⁽¹⁾

6%

c'est la part du bio dans la restauration collective en 2023⁽¹⁾

71%

c'est le pourcentage de Français qui déclarent souhaiter plus de produits bio en restauration⁽²⁾

1 - Source : Agence BIO/ANDI - Chiffres du bio panorama 2023

2 - Source : Baromètre des produits biologiques en France 2024. Consommation et perception, réalisé par l'ObsCo pour l'Agence BIO

Halte aux idées reçues

« Le bio c'est toujours plus cher »

VRAI et FAUX

Si les prix du bio sont souvent plus élevés, c'est d'abord parce qu'il s'agit d'une production exigeante et plus coûteuse. Elle demande plus d'espace pour des pratiques extensives et plus de main d'œuvre. La non-utilisation de produits chimiques de synthèse et le respect des cycles naturels réduisent les rendements. Autant de facteurs qui influent sur le prix ! Pourtant, il n'existe pas UN prix du bio mais DES prix du bio.

Il est possible d'acheter bio à budget parfois égal, voire à des prix concurrentiels, en adoptant quelques réflexes :

Retrouvez en dernière page les leviers pour mettre plus de bio au menu à budget maîtrisé.

« Le bio... c'est du marketing

FAUX

Le bio n'est pas une marque, ni un label que l'on achète. C'est un diplôme d'État qui garantit que le produit labellisé respecte le cahier des charges de l'agriculture biologique, commun à tous les pays de l'Union Européenne. Un produit bio c'est : pas de chimie de synthèse, pas d'organismes génétiquement modifiés, pas de colorants et arômes chimiques de synthèse, pas d'exhausteurs de goût. C'est certifié et contrôlé par des organismes indépendants au moins une fois par an !

« Le bio... ça vient de loin »

FAUX

Le bio est le champion de la souveraineté alimentaire en France ! 82% des produits consommés en France sont cultivés en France⁽³⁾. Les produits importés sont essentiellement le café, le thé, et les bananes. Le bio et local, c'est une évidence avec plus de 26 000 fermes bio qui vendent en direct partout sur le territoire. Dans certaines filières (vins, produits laitiers, œufs), 99% de la production bio est made in France⁽⁴⁾.



LES 7 LEVIERS DE LA TRANSITION ALIMENTAIRE

*Concilier bio
et rentabilité
du restaurant,
c'est possible !*



- 1/ Lutter contre le gaspillage alimentaire et valoriser les produits en entier au maximum.
- 2/ Cuisiner plus de produits bruts.
- 3/ Manger de saison pour profiter du moment où le produit abonde dans les champs.
- 4/ Favoriser les filières bio de proximité pour diminuer les frais des intermédiaires.
- 5/ Repenser son projet d'établissement dans son ensemble : s'équiper en four programmable pour économiser l'énergie, bien choisir ses produits d'entretien, etc.
- 6/ Être flexitarien : pour varier les protéines animales et végétales et pour allouer un budget plus important à l'achat de viande de qualité.
- 7/ Cuisiner davantage de légumineuses et utiliser les protéines végétales : lentilles, pois chiches, haricots, pois cassés.

Des chefs s'engagent aux côtés de l'Agence BIO, à travers une campagne d'information citoyenne et de sensibilisation à la transition alimentaire « Cuisinons Plus Bio ».
Ces partenaires portent leurs convictions afin de donner envie à tous les chefs, déjà engagés ou non, de suivre le mouvement, en les accompagnant dans leur démarche.

“

Seuls les produits du moment guident ma cuisine au quotidien. Je n'ai pas de carte. Je cherche avant tout la simplicité et le goût avec des produits exceptionnels, et il s'avère qu'ils sont souvent bio.

Emilien Rouable, L'Inattendu

“

Avec l'équipe, nous avons la volonté de pratiquer la cuisine la plus vertueuse possible avec du bio local. Nous voulons réinventer les codes pour un monde meilleur, et montrer qu'on peut y arriver.

Isabelle Carrère, La Cuisine de Demain



**Flashez ce code,
pour en savoir plus sur le bio**

À propos de l'Agence BIO

Créée en novembre 2001 et dotée d'une mission d'intérêt général, l'Agence BIO est le groupement d'intérêt public en charge du développement, de la promotion et de la structuration de l'agriculture biologique française.

Site web : cuisinonsplusbio.fr

Contact : restauration@agencebio.org

Enjoy It's from Europe
= Plaisirs d'Europe