



Evolution de la valeur nutritionnelle des fruits lors de leur transformation

Le mode de préparation des purées
de tomate modifie la composition
et la bioaccessibilité des caroténoïdes
D.PAGE, INRA-SQPOV-AVIGNON

David PAGE, Carine LE BOURVELLEC, Nicolas DELCHIER, Antoine DEGROU, Caroline GARCIA, Barbara GOUBLE, Patrice RELING, Catherine RENARD

INRA - SQPOV Domaine Saint-Paul - Avignon

ORATEUR : DAVID PAGE

Les fruits frais bénéficient d'une image positive auprès des consommateurs, principalement parce qu'ils sont généralement riches en microconstituants bénéfiques à la santé. A l'inverse, comme la plupart de ces composés sont connus pour leur fragilité vis-à-vis de la chaleur ou de l'oxydation, pour la plupart des consommateurs, les fruits transformés restent des produits de faibles valeurs nutritionnelles. Cependant, de nombreuses tables de composition nutritionnelle ne reflètent pas de telles destructions, même pour des constituants réputés fragiles comme la vitamine C. Ces résultats indiquent que les microconstituants bénéficient de protections de la part des tissus du fruit durant la transformation. De plus, la transformation peut avoir des effets positifs en augmentant la durée de vie des produits ou en améliorant la bioaccessibilité des nutriments d'intérêt. La présentation, fait un tour d'horizon d'idées reçues autour de ces différents concepts.

Abstract

Fresh fruits benefit from a positive feeling of consumers, especially because of their high content in health-benefit microconstituents. To the contrary, because many microconstituents are fragile (heat and/or oxygen sensitive) when purified, most people assume that health beneficial compounds are destroyed by the process. Therefore for most consumers, processed fruits are still considered products of low nutritional value. However, many nutritional databases do not report much destruction of micronutrients, even for typically heat sensitive ones like vitamin C. Such results may indicate that micronutrients benefit from protections of fruit tissues during the processing. Moreover, processing may also have positive impact by enhancing bioaccessibility of some microconstituents and improving the shelf life of the product. The presentation will make a summary of ideas around these concepts.