

Caractéristiques. Qu'est-ce que le fromage?

Le fromage est un produit laitier dont on fabrique 450 variétés différentes en Suisse. Les différents fromages se distinguent d'après les critères suivants:

Type de lait

La plupart des fromages suisses sont fabriqués à partir de lait de vache. La production de fromages de chèvre et de brebis n'occupe qu'une place secondaire. Dans d'autres pays, on utilise également du lait de buffesse, de chamelle ou de yack pour la production fromagère.

Selon la variété et la procédure de fabrication du fromage, on emploie du lait cru ou du lait pasteurisé: pour les fromages à pâte dure, on utilise du lait cru «sans silo» (fourrage sans ensilage pendant l'hiver). Pour les fromages à pâte mi-dure, on emploie du lait pasteurisé ou du lait cru. En règle générale, les fromages à pâte molle et les fromages frais sont fabriqués à partir de lait pasteurisé. Le lait employé peut être issu des méthodes de production conventionnelle, intégrée ou biologique. Les produits de la production intégrée et de la production biologique sont généralement indiqués sur l'emballage.

Teneur en matière grasse

Dans le fromage, les matières grasses sont présentes sous forme de très fines gouttelettes qui ne fondent que si le produit est mal stocké. Il est d'usage d'indiquer le pourcentage de matière grasse dans l'extrait sec (MG/ES) des fromages. La proportion des graisses dans la substance sèche est constante et ne dépend pas de la teneur en eau, qui, elle, varie en fonction de l'âge du fromage et de l'évaporation. Si, par exemple, on constate 48% de MG/ES dans un fromage à pâte dure, celui-ci contient, en valeurs absolues, environ 31% de matières grasses lactiques, 36% d'eau ainsi que 33% de protéines et de sels minéraux.

Selon leur teneur en matière grasse, les fromages sont classés dans les catégories suivantes:

- Double crème (minimum 65% de MG/ES)
- Crème (55%)
- Gras (45%)
- Trois-quarts gras (35%)
- Demi-gras (25%)
- Quart-gras (15%)
- Maigre (moins de 15%)

Type de caillage

Le fromage résulte de la coagulation du lait obtenue par l'addition de présure ou par fermentation lactique. Toutes les variétés de fromages à pâte extra-dure, dure et mi-dure sont fabriquées avec de la présure. Les fromages frais, tels que le séré ou le cottage, sont issus d'une coagulation provoquée par la présure combinée à des ferments lactiques.

Teneur en eau

La teneur en eau d'un fromage est en grande partie responsable de sa consistance, de sa durée de conservation, de son apparence et, indirectement, aussi de son goût. Les fromages appar-



tiennent à différentes catégories selon leur teneur en eau. Les fromages frais ont la plus grande teneur en eau et sont suivis par les fromages à pâte molle et mi-dure. Les fromages à pâte dure et extra

Type d'affinage

La maturation du fromage a lieu de deux manières:

- De l'intérieur vers l'extérieur: c'est le cas de la plupart des fromages à pâte dure (p. ex. Emmental, Sbrinz etc.)
- De l'extérieur vers l'intérieur: c'est le cas des fromages à croûte lavée (p. ex. l'Appenzell) ou à croûte fleurie (p.ex. le Camembert). (Exception: pour les pâtes persillées telles que le Roquefort, les deux types de maturation ont lieu en même temps.)

Selon la durée de leur affinage et leur teneur en eau, les fromages sont classés dans différentes catégories: fromages frais, fromages à pâte molle, pâtes mi-dures, pâtes dures et extra-dures. Tandis que les fromages frais ne nécessitent aucun affinage, les fromages à pâte molle sont affinés pendant une à 3 semaines et les fromages à pâte mi-dure durant plusieurs mois. L'affinage des fromages à pâte dure peut durer jusqu'à un an, et celui des fromages à pâte extra-dure peut même durer jusqu'à trois ans.

Arôme

Certes, l'odeur et le goût d'un fromage déterminent la vigueur de son arôme. Mais c'est en bouche qu'un fromage déploie tout son caractère. La diversité des arômes des divers fromages est infinie: les nuances varient de doux, aromatique, fait à cœur et corsé à fort et puissant.

Les substances du fromage

Chaque fromage se compose des substances suivantes:

Protéines

Les protéines se composent de différents acides aminés. L'organisme humain ne peut fabriquer lui-même que dix des acides aminés qui lui sont indispensables; les autres acides aminés essentiels doivent donc être fournis à l'organisme par l'alimentation. Les protéines animales (fromage, lait, oeufs, viande, poisson etc.) doivent couvrir 40 à 50% des besoins journaliers. Le fromage est particulièrement riche en protéines.

Matières grasses lactiques (voir plus haut: teneur en matière grasse)

Eau (voir plus haut: teneur en eau)

Sels minéraux

Seule l'alimentation apporte des sels minéraux à l'organisme. Le fromage nous fournit également des sels minéraux, notamment du calcium et du phosphore. Ces derniers sont des constituants importants, en particulier des os et des dents. Le calcium est indispensable à la coagulation du sang et au maintien de l'excitabilité musculaire indirecte normale et réduit la perméabilité des parois capillaires et des membranes cellulaires.



Vitamines

Le fromage contient diverses vitamines hydrosolubles du groupe B, et il est particulièrement riche en vitamines liposolubles telles que les vitamines A, D, E et K ainsi qu'en provitamine A (carotène). Cette dernière confère au fromage mais aussi au beurre leur couleur jaune caractéristique.

