

# Teneur en matières grasses du fromage<sup>1</sup>

## **Il y a graisses et graisses**

Autrefois, la teneur en matières grasses d'un fromage était principalement définie par la teneur naturelle en matières grasses du lait utilisé pour sa fabrication. Aujourd'hui, le maître fromager ajoute au lait de la crème ou du lait écrémé pour ajuster la teneur en matières grasses du fromage.

La teneur en matières grasses du fromage peut être exprimée de diverses façons:

- MG sur extrait sec
- Taux de matières grasses
- La teneur absolue en MG est également autorisée

## **Pourcentage de matières grasses sur extrait sec**

La mention « matières grasses sur extrait sec » (MG sur extrait sec) peut figurer sur l'étiquette du fromage. La raison en est simple et très pratique: le fromage se compose de matière sèche et d'eau. Pendant la maturation et le stockage, l'eau s'évapore et le fromage perd de son poids. Ce qui signifie qu'il faudrait sans cesse modifier la teneur en matières grasses, exprimée par rapport au poids du fromage. En revanche, le pourcentage en matières grasses calculé sur la matière sèche totale reste quasiment identique.



## **Teneur absolue en matières grasses du fromage**

Une bonne nouvelle pour tous ceux qui sont soucieux de leur alimentation : pour le fromage, la teneur réelle en matières grasses (= teneur absolue en MG) est bien inférieure à l'indication MG sur extrait sec.

Pour calculer approximativement la teneur réelle en matières grasses d'un fromage, il vous suffit de multiplier l'indication MG sur extrait sec mentionnée sur l'emballage par les facteurs suivants:

- x 0,3 pour du fromage frais
- x 0,5 pour du fromage à pâte molle
- x 0,6 pour du fromage à pâte mi-dure
- x 0,7 pour du fromage à pâte dure

---

<sup>1</sup> <https://j aime-le-fromage.ch/fr/tout-sur-le-fromage/tout-savoir-sur-le-fromage/teneur-en-matieres-grasses-du-fromage/>

Exemple:

Le Saint Albry est étiqueté à 60 % de MG sur extrait sec. Pourtant, sa teneur réelle en matières grasses (teneur absolue en MG) est de 34 %. Selon la formule correspondant au fromage à pâte molle, vous obtenez le résultat suivant qui sert de référence:

60 % MG sur extrait sec x 0,5 = 30 % teneur absolue en MG

En conclusion: pour deux fromages, portant la même indication MG sur extrait sec, la teneur absolue en MG est loin d'être identique. Cela dépend en fait du type de fromage.

Ainsi, un fromage à pâte molle avec une valeur MG sur extrait sec élevée peut contenir une plus faible quantité de matières grasses qu'un même volume de fromage à pâte dure avec une valeur nominale MG sur extrait sec moindre.

### Les catégories de teneur en matières grasses pour les fromages suisses

Pour tous les fromages fabriqués et distribués en Suisse, les catégories de teneur en matières grasses doivent satisfaire aux prescriptions suivantes.

Le pourcentage de matières grasses d'un fromage peut être exprimé en catégorie:

- Fromage maigre (moins de 15% MG sur extrait sec)
- Fromage quart-gras (au moins 15 % MG sur extrait sec)
- Fromage demi-gras (au moins 25 % MG sur extrait sec)
- Fromage trois-quarts-gras (au moins 35 % MG sur extrait sec )
- Fromage gras (au moins 45 % MG sur extrait sec)
- Fromage crème (au moins 55 % MG sur extrait sec)
- Fromage double-crème (au moins 65 % MG sur extrait sec)

