

LES FRANÇAIS ET LA CONFITURE

LE PARFAIT FAIT LE POINT



Il y a quelques jours, Le Parfait décidait de se pencher sur les préférences des Français en matière de confiture en lançant son tout premier sondage auprès d'un panel représentatif de la population française*. Si le bocal permet de conserver ce que la nature a de meilleur, c'est aussi et surtout une façon de confiser bien plus : de l'amour et des souvenirs.

De grands faiseurs de confitures

Chez Le Parfait, on le savait depuis longtemps : **près d'un Français sur 2 réalise des confitures plusieurs fois par an !** Les jeunes ne sont pas en reste puisqu'ils sont aussi 1/2 à en cuisiner au moins 1 à 2 fois par an, tout comme les 45-59 ans et 60 ans et plus. Et c'est dans le Grand Est (54,2 %) et en Bourgogne-France-Comté (57,5%) que l'on confise le plus !

Et oui le fait-maison est un acte gratifiant ; popoter serait un véritable acte thérapeutique. Non seulement c'est une manière de prendre soin de soi en choisissant de bons ingrédients à cuisiner (à bas les scandales alimentaires !) mais elle éveille aussi tous les sens (y a-t-il



©Alice in Food



©Alice in Food

plus satisfaisant que l'odeur d'une confiture de fraises qui se faufile dans toutes les pièces de la maison ?). Autre bonus, souvent abordé par les grands angoissés de ce monde : cuisiner permet de se sentir en contrôle et en confiance. Enfin, cuisiner pour l'autre, c'est prendre soin des autres et ainsi retrouver un sentiment d'altruisme et d'utilité dans la société (**plus d'un Français sur 2 reconnaît avoir déjà offert un pot de confiture à un proche**).

De bien belles raisons de mettre la main à la pâte en somme !

*Le retour du **bon sens paysan** !*

Vive la saisonnalité : alors que certains fruits et légumes sont présents sur les étals presque toute l'année, les Français soulignent leur attachement à la saisonnalité - **pour 64,4% ce qui fait une bonne confiture c'est avant tout des fruits de saison !** C'est d'ailleurs le premier critère !

La pandémie aurait-elle renforcé le désir des consommateurs de s'approvisionner localement ? **Pour près d'un Français sur 3, une bonne confiture passe par des fruits achetés en direct de producteurs.**

Un savoir-faire qui ne se perd pas

Si les sites internet spécialisés en cuisine représentent la première source d'inspiration des Français pour trouver des recettes (56,1%), **ils restent très attachés, à 39,2%, aux recettes de famille et continuent de consulter des livres de recettes (39,6%).** Malgré la starification des chefs et leur omniprésence dans les médias, ils ne sont, pour le coup, pas une source de référence pour la réalisation de confitures ; seuls 6% des Français s'y réfèrent.

Du côté des plus jeunes, le réseau d'influence va au-delà du cercle familial, puisqu'ils sont 41% à se tourner vers leurs amis, collègues,...



Que ce soit auprès de la famille ou d'un autre réseau, la transmission de recettes, la transmission de ce patrimoine culinaire s'effectue beaucoup plus lorsqu'elle est imprégnée d'un moment, chargée d'une histoire. On a tous un plat qui nous rappelle une histoire.

La Fraise : un incontournable pour les Français

C'est sacré et elle est indétrônable dans leur cœur : **plus d'un tiers des interrogés (33,6%) avoue que leur confiture préférée est bien la confiture de fraises.** Abricots et framboises, autres classiques bien connus, la suivent de près avec respectivement 16 % et 17,4 % des votes ; mais c'est la fraise qui continue de séduire petits et grands, avec



sa couleur rouge bonbon, et son goût aussi tendre et parfumé que le fruit frais. Petit bonbon du printemps qui nous suit jusqu'à l'automne, la fraise a ce truc régressif auquel personne ne peut résister et où chacun peut y aller de son inventivité.

Pour Alice in Food, ex-styliste expatriée dans le Perche, sa favorite, c'est la Mara des Bois, avec ce léger goût de fraises des bois. C'est lors de ses premières cueillettes de fraises dans son jardin en Normandie qu'elle a eu une véritable révélation et s'est mise à



créer des confitures. « Je perpétue maintenant cette tradition des confitures maison pour le bonheur de mes proches et de nos amis, pour les offrir et se régaler le temps d'un petit déjeuner ou goûter. Au moment de la cuisson, toute la maison embaume ce doux parfum de fruit et de sucre. »

Confiture fraise Mara des bois

Pour Le Parfait, elle s'est laissée inspirer et a créé 3 nouvelles recettes de confitures de fraises. En plus de sa confiture fétiche de Maras des Bois, elle nous a imaginé deux autres versions, au romarin et au piment d'Espelette (l'équilibre entre le piment et le sucre est extraordinaire !).



Confiture fraise et romarin

Confiture fraise et piment d'Espelette

Pour faire le plein de bocaux, c'est par ici :
<https://www.avosconserves.com>
