

THÈME PHARE: POUR VOTRE RECHERCHE

## Trends Food 2020: Vous êtes ce que vous mangez!

19.1.2016. L'alimentation est un sujet récurrent dans la bouche des français, et encore plus la question d'engagement qui s'y rattache : Vous êtes ce que vous mangez ! Mais quelles sont les tendances du futur ? L'avis de nos experts.



### **Trend 1: La "Fusion-Food"**

Tarte sucrée au jambon. Sandwich à la crème de noix-nougat. Ou gâteaux marbrés à la sauce tomate-salsa épicé ? Aussi étrange que cela puisse sembler, ce sont les nouvelles tendances des Etats-Unis ! Ce qu'on appelle la "Fusion-Food" est le mix téméraire de différentes saveurs qui, à première vue, n'ont rien à voir ensemble. Toutefois, la cuisine traditionnelle s'y est déjà aventuré, et notamment avec son chevreuil aux cranberries ou à la vanille accompagné de poivrons verts. Michael Divé a dit sur nu3.de – la version allemande de la société : « Rien est impossible ! Ces nouveautés gustatives ne sont certes pas communes, mais elles apportent beaucoup de bienfaits à la santé ». Qui mélange arômes et couleurs, bénéficie d'une plus large gamme d'aliments ! D'ailleurs, la tendance est au smoothies « green » composés de brocolis, kiwi et épinards, alliant parfaitement saveurs sucrées, acides et épicées.

### **Trend 2: Des Consommateurs Conscients**

Les régimes particuliers sont en nette hausse : que ce soit Vegan, Clean Eating, ou bien d'après les recommandations des enseignements ayurvédiques indiennes, « les futurs consommateurs sont conscients de leur alimentation et très critiques quant aux étiquettes ». L'industrie doit agir en conséquence. Il y a déjà 35 types de régimes officielles répertoriés – et cela ne va qu'en s'accroissant. Cela fait du régime alimentaire une question de conscience individuelle et un substitut à la religion : Vous êtes ce que vous mangez !

### **Trend 3: La « Smart-Food »**

L'avenir de l'alimentation résulte en de nombreuses recherches scientifiques : Compleat – appelé « la poudre jaune » - a fait l'objet de deux ans de recherches. Que contient-il ? Uniquement issus d'éléments naturels, ce produit se compose de maltodextrine, source d'énergie ; de protéines végétales, ainsi que d'un mélange équilibré de divers nutriments et vitamines. La Vitamine C est composée de 20 éléments allant du Zinc jusqu'au Calcium, en passant par le Fer. D'après les experts de nu3 : « Les consommateurs sont confrontés à un dilemme : ils manquent de temps et veulent manger sainement. L'alimentation intelligente en est la solution. » Un repas complet prêt en 60 secondes ? Ce genre d'innovation pourrait faire couler l'industrie du Fast-Food et de la pizza.

### **Trend 4: La “Jungle Food”**

Ce qu'on appelle les “super-aliments”, si populaires aujourd'hui, nous viennent tout droit du Brésil, de Bolivie ou du Pérou. Les célèbres fruits, tels le Lucuma (prune tropicale des hauts plateaux d'Amérique du Sud), ou encore le Camu-Camu (cerise se développant dans la jungle amazonienne) n'en sont, néanmoins, que le commencement. Nous nous concentrons aujourd'hui sur des végétaux authentiques génétiquement non-modifiés, et n'étant pas issus de l'élevage. En ce qui concerne les nouveaux produits tels que le Moringa, ou encore l'Acerola, ils sont de plus en plus connus pour leurs effets bénéfiques sur la santé – mais ce n'est pas le cas de tous. Astuce : Soyez attentif à l'agriculture biologique. La jungle aussi à un avenir.

### **Trend 5: Les Algues**

La recherche inlassable d'aliments naturels, génétiquement non-modifiés, nous conduit, aujourd'hui, au fin fond de l'océan. En effet, les algues sont décrites comme faisant partie intégrale des nouveaux régimes alimentaires. Pourquoi ? Simplement parce qu'elles sont riches en fer et en chlorophylle (important pour la formation du sang et la circulation de l'oxygène dans le corps), et fournissent environ 6 g de protéines pour 100g. La Chlorelle et la Spiruline sont déjà sur le menu alimentaire de nombreuses personnes, en tant que complémentaires alimentaires (ex. moulures). L'avenir de l'alimentation nous ramène là où tout à commencer, il y a 3 milliards d'années : dans les mers et les océans.

### **Contact presse :**

Michael Divé

Responsable de communication

E-mail : [michael.dive@nu3.de](mailto:michael.dive@nu3.de)

Tél : +49 (0) 30 / 340 443 857

### **A propos de nu3 – VOTRE EXPERT NUTRITION**

nu3 est le leader européen en matière d'alimentation intelligente. La boutique en ligne offre un large choix de produits dans les domaines de la minceur, de l'alimentation naturelle, du sport, de la santé et de la beauté, permettant aux clients de trouver sans difficulté les produits correspondant exactement à leurs besoins. L'équipe d'experts nu3, composée de diététiciens, de pharmaciens, de médecins et de scientifiques spécialisés dans le sport, est toujours à la recherche de produits innovants pour enrichir la gamme de produits comprenant déjà plus de 4000 références. [www.nu3.fr](http://www.nu3.fr)