

# De plus en plus d'adeptes de l'apéritif dînatoire

On mange ce qu'on aime, mais en faisant attention. Cette approche est de plus en plus largement partagée par les Français, soucieux de leur santé, mais aussi de leur ligne. Que devient ce bon principe aux heures apéritives? Moment de convivialité et de plaisir par excellence, durant lequel trônent parfois sur la table des bouteilles d'alcool\*, des chips et autres cacahuètes. Un récent sondage Ipsos pour Aperifrais donne quelques éléments de réponse.

Premier enseignement : une proportion non négligeable de Français, notamment parmi les jeunes, transforme régulièrement l'apéritif en véritable repas. Ce qui a des implications sur le contenu de cet apéritif puisqu'il n'est plus seulement destiné à n'être qu'un encas précédant une pitance plus conséquente. Ainsi, 30% des Français organisent ou participent à des apéritifs qui font en même temps office de repas au moins une fois par mois. Un chiffre global qui masque de fortes disparités selon l'âge de la personne interrogée : près d'un jeune de moins de 35 ans sur deux (47%) en organise ou y participe régulièrement, contre seulement 22% des plus de 35 ans.

Cette habitude est particulièrement développée chez les 15-19 ans (51%) et surtout chez les 20-24 ans (59%), pour décliner ensuite régulièrement selon l'âge de la personne. Il semble donc y avoir un véritable effet générationnel concernant les apéritifs dînatoires. Si ce goût pour les apéritifs dînatoires est un peu plus masculin, c'est surtout la catégorie socioprofessionnelle qui semble être un facteur clivant après l'âge. Ainsi, plus on dispose de revenus ou d'un niveau culturel élevés, plus



*Certains préfèrent aux cacahuètes grillées et autres chips grasses, olives, noix de cajou et cake au fromage, accompagnés de leur boisson préférée.*

on pratique régulièrement les apéritifs dînatoires.

## LES CACAHUÈTES FINISSENT PAR LASSER

Si l'apéritif s'apparente de plus en plus à un repas, se pose alors la question de l'équilibre alimentaire. D'autant que l'apéritif est rarement synonyme de diététique. Une préoccupation qui se traduit dans les chiffres : 62% des interviewés admettent faire plus attention qu'il y a

quelques années au fait de manger des aliments sains et équilibrés à ce moment-là, dont 24% qui disent y faire « beaucoup » plus attention. Sans surprise, ce sont surtout les femmes, traditionnellement plus obsédées par les régimes, qui y prêtent une attention accrue (68%, dont 29% « beaucoup plus », contre 55% des hommes, dont 18% « beaucoup plus »). L'intérêt pour ce sujet augmente également avec l'âge et le niveau de revenus : ce genre

de préoccupation touche davantage les personnes qui ont les moyens de diversifier leur alimentation.

Le hiatus entre plaisir de l'apéritif et équilibre alimentaire n'est pas insurmontable, le tout étant de diversifier les produits consommés à cette occasion et d'y incorporer notamment des produits frais. Aujourd'hui, les Français ont très majoritairement le sentiment que dans le domaine de l'apéritif, il n'y a rien de nouveau sous le soleil, depuis bien longtemps. Ainsi, les deux tiers (67%) affirment que ce que l'on mange à l'apéritif manque souvent d'originalité. Signe sans doute que les éternels biscuits et autres cacahuètes finissent par lasser. Les trois quarts (74%) apprécient le fait de manger des produits frais et naturels à l'apéritif. Lorsque l'on demande aux Français ce qu'ils chercheraient d'abord à mettre en avant au moment d'organiser un apéritif, 44% évoquent la fraîcheur, qui arrive donc en première position concernant la totalité des réponses données, devant l'originalité (39%), la diversité (37%), le terroir (35%), l'équilibre alimentaire (31%) et la quantité (10%). Un classement très serré qui témoigne de l'intérêt porté par les Français aux produits frais, mais qui rappelle aussi leur souci de diversité et d'originalité.

Il y a donc un vrai marché à développer : celui des produits frais et équilibrés pour l'apéritif pouvant faire office de repas. Aujourd'hui, il y a un vrai vide en la matière. Si bien que la fraîcheur, certains se contentent de la chercher dans leur verre.

O.F.

\* "L'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération."