

Les fruits, légumes et pommes de terre bio, c'est tout naturel

Hausse de la consommation : les études le prouvent, nous sommes de plus en plus nombreux à plébisciter les produits bio. Le respect de l'environnement, le développement durable sont des notions qui font leur chemin et qui nous concernent tous. Avec les fruits, légumes et pommes de terre bio, c'est facile ! Ils sont bons, et bons pour la santé de la terre. Encore faut-il savoir comment les reconnaître et les identifier...

Le bio, qu'est-ce que c'est ?

L'agriculture biologique est un mode de production respectueux de l'environnement, fondé sur **l'interdiction d'utiliser des OGM et des produits chimiques de synthèse**, que ce soit pour enrichir le sol ou pour traiter les plantes.



Comment sont produits les fruits, légumes et pommes de terre bio ?

Utilisatrice d'une main-d'œuvre importante, la production des fruits, légumes et pommes de terre bio allie **tradition et modernité**. Recyclage des matières organiques, respect du cycle des végétaux, choix de variétés adaptées au terroir, recours aux prédateurs naturels, insecticides naturels, etc. : la production bio s'appuie aussi bien sur des principes agronomiques de base, que sur des **techniques innovantes** mises au point ces dernières années. Les techniques de production utilisées en bio sont d'ailleurs reprises aujourd'hui par de plus en plus de producteurs.

Quelles sont les garanties ?

Pour nous consommateurs, c'est notre première préoccupation : comment être sûr que le produit que nous achetons est bien bio ? Pas de doute à avoir, la **réglementation** est très stricte : la mention « issu de l'agriculture biologique » est obligatoire, tout comme le nom et l'adresse de l'organisme certificateur. Cette mention signifie que l'agriculteur s'est engagé à produire selon les **règles** et à se soumettre à des **contrôles réguliers et rigoureux**. Deux **logos** permettent une **identification claire et rapide des produits** : le logo bio européen et le logo français AB. Ces logos ne sont pas obligatoires mais bien utiles pour se repérer lors de nos achats !



Les apparences seraient-elles parfois trompeuses ?

Les fruits, légumes et pommes de terre bio ont des spécificités qui reflètent leur mode de production et qu'il faut savoir accepter. Du fait de la non-utilisation de produits chimiques de synthèse, ils présentent parfois un aspect un peu « brut », mais ces défauts d'aspect n'altèrent en rien leurs **qualités gustatives et nutritionnelles**.

Pourquoi pas moi ?

Sommes-nous plutôt consommateur bio averti, curieux, ou encore « débutant » ?

Quel que soit notre profil, les fruits, légumes et pommes de terre bio sauront répondre à nos attentes. Une large gamme de produits est en effet disponible, **à découvrir tout au long de l'année, au fil des saisons**.

Il ne nous reste plus qu'à aller retrouver les fruits, légumes et pommes de terre bio dans nos magasins : des animations sont régulièrement organisées, alors profitons-en pour nous informer !



Tous les bienfaits des fruits et légumes frais, la santé de la terre en plus.



VINIFLHOR
Office national interprofessionnel des fruits,
des légumes, des vins et de l'horticulture

