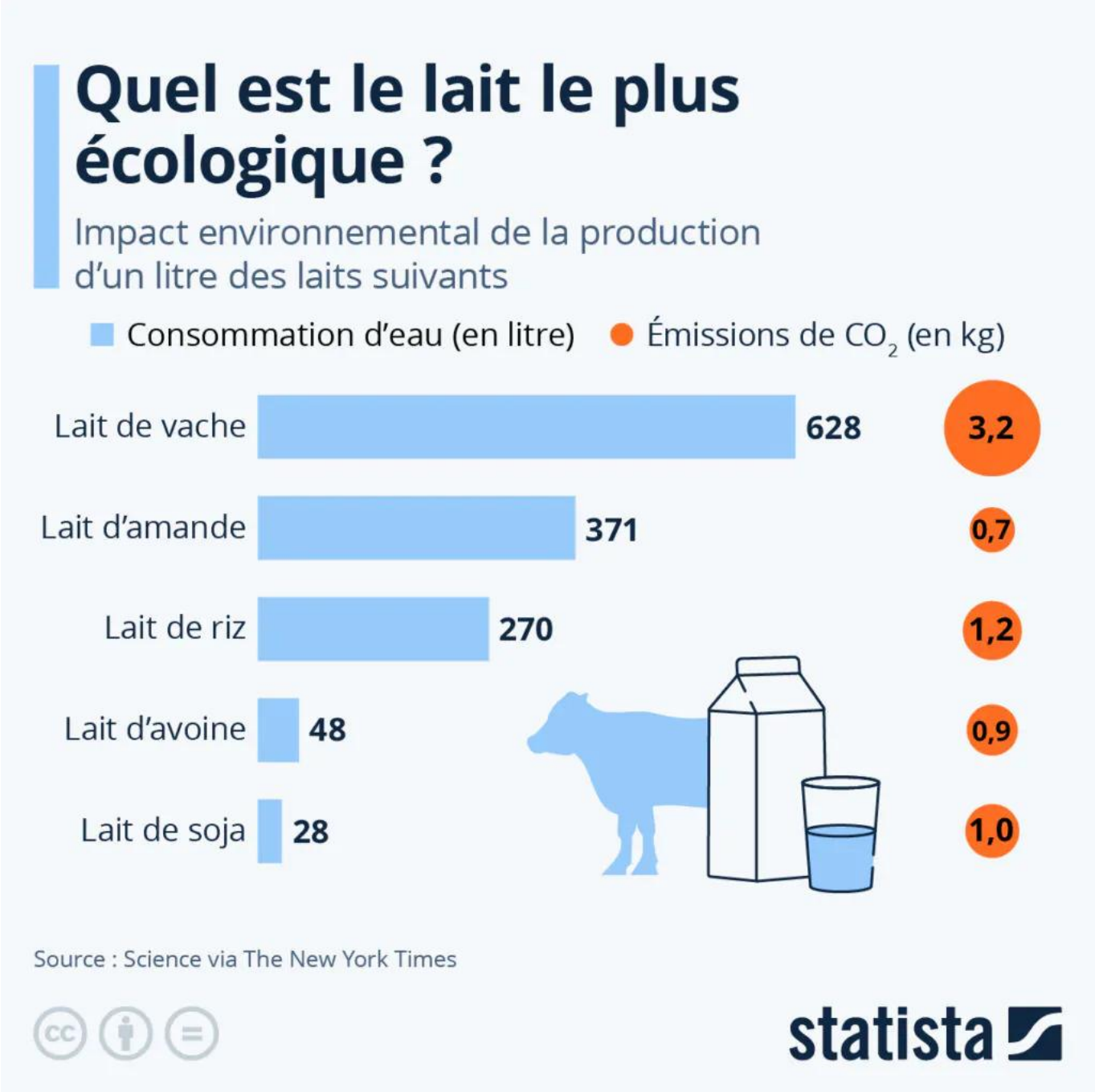
Ecrit par Echo du Mardi le 6 juin 2025

Quel est le lait le plus écologique ?



L'impact environnemental de notre production alimentaire est multiple. Consommation d'eau,

Ecrit par Echo du Mardi le 6 juin 2025

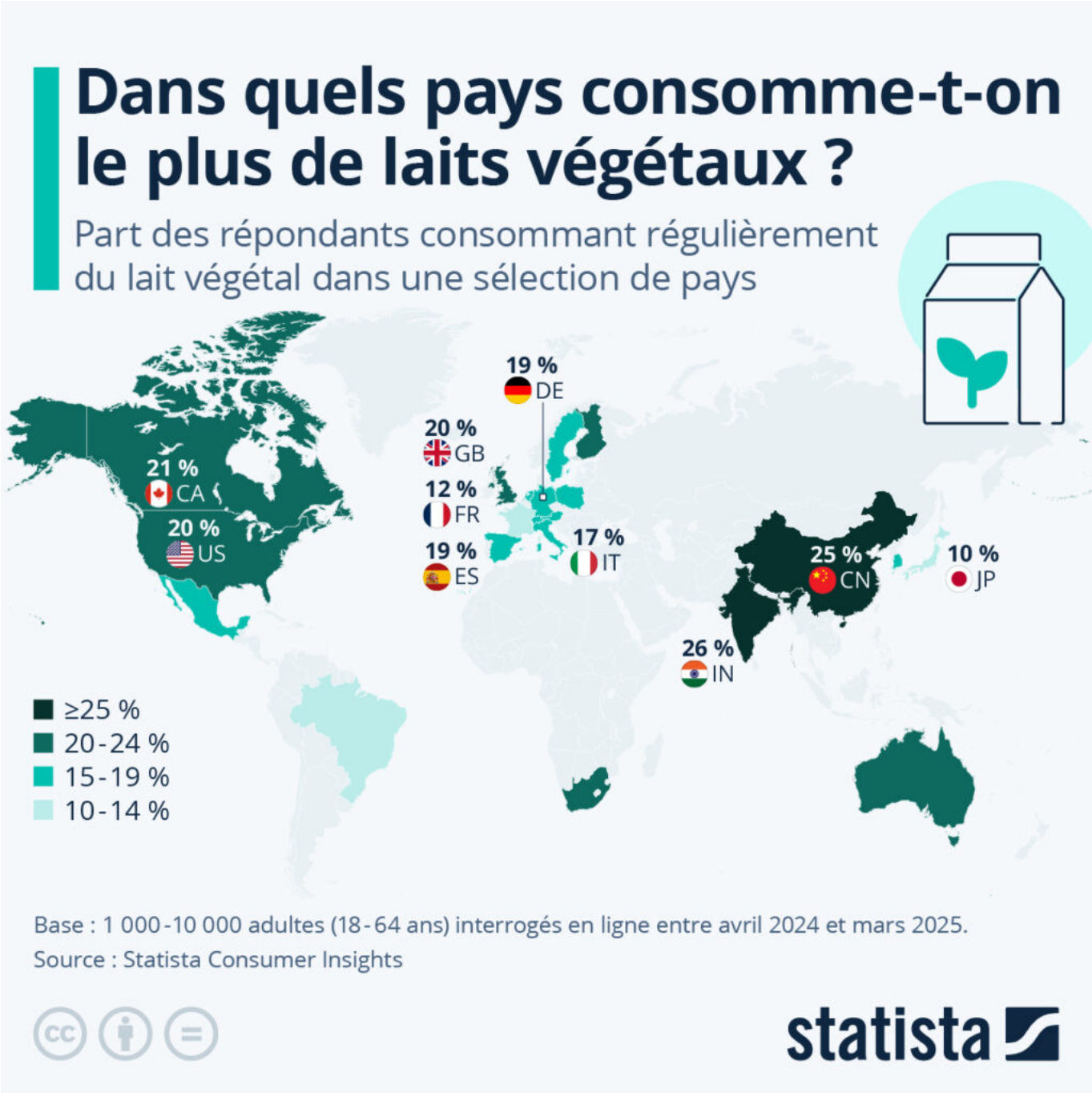
exploitation des terres, émissions de CO2, … les aliments que nous consommons ont une empreinte écologique, qui peut varier de façon importante. C'est par exemple très évident dans le cas du lait et de ses alternatives végétales.

Comme le montre notre infographie, basée sur des données du magazine Science compilées par le New York Times, 628 litres d'eau sont nécessaires à la production d'un litre de lait de vache. Même le lait végétal le plus gourmand en eau, le lait d'amande, n'atteint que 60 % de ce niveau de consommation, alors que le lait de soja et le lait d'avoine ne nécessitent qu'une fraction de l'eau utilisée pour la production du lait de vache.

Le lait de vache est également mauvais élève pour ce qui est des émissions de CO2, puisque la production d'un litre de lait de vache entraîne l'émission d'environ 3,2 kg d'équivalent CO2. Par comparaison, le lait de riz cause moins de 40 % des émissions de CO2 générées par le lait de vache.

Il existe toutefois – outre le type de lait – un autre facteur non négligeable dans le détermination de l'impact environnemental : le type de production. Une étude de l'université de Cambridge a par exemple montré que l'on pouvait réduire significativement l'empreinte carbone du lait de vache en passant à un élevage durable basé sur le pâturage.

Ecrit par Echo du Mardi le 6 juin 2025



Laits végétaux : où en consomme-t-on le plus et le moins ?

De plus en plus de personnes dans le monde renoncent aux produits laitiers, en partie à cause de leur importante empreinte environnementale, et l'offre croissante de produits de substitution permet aux consommateurs de passer facilement des produits d'origine animale aux produits d'origine végétale. Si la part des buveurs de lait dans le monde est encore nettement plus élevée, la population qui consomme

Ecrit par Echo du Mardi le 6 juin 2025

régulièrement du lait végétal comme le lait de soja ou d'avoine est néanmoins considérable, surtout en Asie et dans les pays arabes.

Selon les données récoltées par Statista dans le cadre des Consumer Insights, l'Inde et la Chine sont les pionniers dans ce domaine : 26 % des personnes interrogées en Inde, et un quart des personnes interrogées en Chine, déclaraient en effet consommer régulièrement du lait végétal.

En France, seuls 12 % des répondants à l'enquête consommaient régulièrement des substituts aux laits d'origine animale. Ils étaient 21 % au Canada, 20 % aux États-Unis, 19 % % en Allemagne et en Espagne et 17 % en Italie. Des pays inclus dans l'enquête, seul le Japon présentait une part de consommateurs de lait végétal plus faible que la France, puisque seulement 10 % des personnes interrogées dans le pays disaient en consommer régulièrement.

De Valentine Fourreau pour Statista

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !