

FICHE PLAIDOYER #1

LÉGUMINEUSES : PETITES GRAINES, GRANDS ENJEUX

QU'EST-CE QU'UNE LÉGUMINEUSE ?

Les légumineuses à graines désignent les lentilles (vertes, corail, blondes...), les pois chiches, les haricots secs (blancs, rouges, noirs, azukis...), les fèves, les féveroles, les pois cassés, le lupin et le soja. Plusieurs variétés françaises bénéficient de labels officiels de qualité (AOP, IGP), témoignant de la **richesse et de la diversité de ces filières sur le territoire**.¹

Ce sont des plantes **capables de fixer l'azote atmosphérique dans le sol** grâce à une symbiose avec des bactéries : elles n'ont ainsi pas besoin d'engrais azotés de synthèse et enrichissent naturellement le sol en azote, bénéficiant aux cultures suivantes dans la rotation. On distingue également les légumineuses plus particulièrement cultivées pour l'alimentation animale, souvent désignées sous le terme de protéagineux ou légumineuses fourragères (luzerne, trèfle, sainfoin...).



UN ALIMENT AUX MULTIPLES ATOUTS



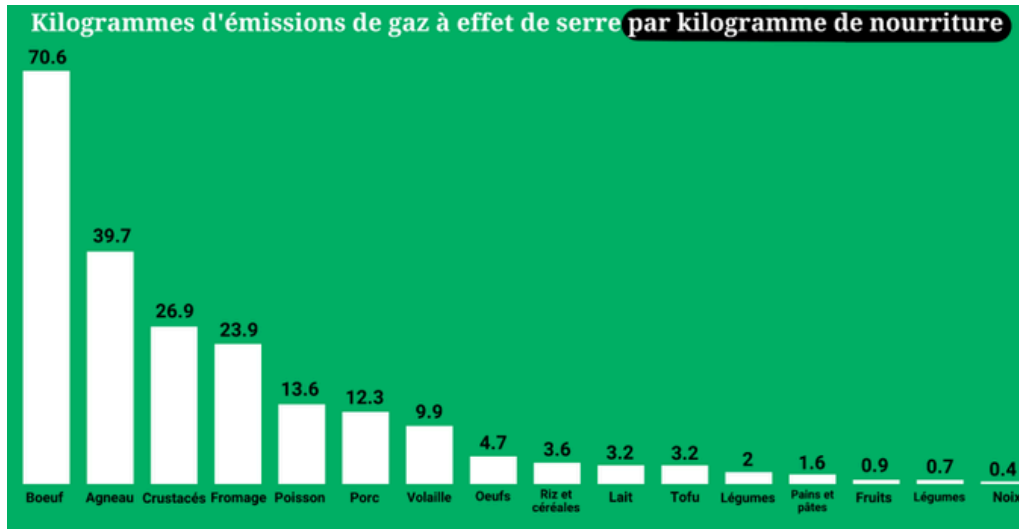
POUR LA SANTÉ

Les légumineuses contiennent **entre 8 et 40 % de protéines** selon les variétés². Elles sont riches en fibres, source de fer, zinc, potassium et acide folique (B9). Elles bénéficient d'un indice glycémique bas qui contribue à la régulation de la glycémie, à la prévention du diabète de type 2, des maladies cardiovasculaires et de l'obésité. Bien que l'association céréales / légumineuses ne soit pas indispensable, elle permet d'optimiser la complémentarité des acides aminés (méthionine et lysine).



POUR LE CLIMAT ET L'ENVIRONNEMENT

En 2023, **le secteur agricole représentait 20 % des émissions nationales françaises de gaz à effet de serre**. Il est le principal émetteur de méthane (71 % des émissions nationales) et de protoxyde d'azote (86 %). Au sein du secteur, l'élevage concentre à lui seul 60 % des émissions agricoles, devant les cultures (27 %) et les engins agricoles (13 %)³. La Stratégie nationale bas carbone (SNBC), adoptée par décret le 21 avril 2020, vise une réduction de 18 % des émissions du secteur agricole en 2030 par rapport à 2015⁴ : la végétalisation de l'agriculture, et en particulier le développement des légumineuses, est l'un des leviers incontournables pour y parvenir.



Émissions de gaz à effet de serre par kg d'aliment (kg éq. CO2) - Source : GIEC, 2022, via Nations Unies

Les légumineuses se distinguent également par leur **faible empreinte sur les ressources naturelles** :

- Surface agricole : produire 100 g de protéines de pois nécessite en moyenne 3,4 m² de terrain par an, contre 164 m² pour 100 g de protéines de bœuf.
- Énergie fossile : la production d'une tonne de cultures céréales-légumineuses associées consomme 50 à 75 % moins d'énergie fossile qu'une céréale cultivée seule.



POUR LES SOLS ET L'AGROÉCOLOGIE

En fixant l'azote atmosphérique, les légumineuses **réduisent voire suppriment le recours aux engrais azotés de synthèse**. Selon un rapport de l'ONU (2016), près de 10 milliards de dollars d'engrais chimiques pourraient être économisés chaque année grâce à leur culture généralisée⁵. Elles s'intègrent idéalement dans des rotations longues favorisant la biodiversité des sols.



POUR LA SOUVERAINETÉ ALIMENTAIRE

La France ne produit aujourd'hui que la moitié des protéines végétales nécessaires à l'alimentation de ses animaux, et seulement un tiers de celles destinées à la consommation humaine⁶. Dans un contexte de tensions croissantes sur les prix et la disponibilité des matières protéiques, cette **dépendance aux importations** représente un enjeu stratégique existentiel pour le système agro-industriel français. Pour nourrir ses animaux d'élevage, l'Europe importe plus du quart de ses besoins en protéines végétales, principalement sous forme de tourteaux de soja. Cette dépendance mobilise des surfaces agricoles à l'étranger équivalentes à la superficie de la Belgique, contribuant directement à la déforestation en Amérique du Sud⁷.

¹ Notre-environnement.gouv.fr, Des légumineuses au menu, c'est bénéfique pour l'environnement, signes officiels de qualité des légumineuses françaises (AOP, IGP)

² INRAE, Protéines végétales, composition nutritionnelle des légumineuses (protéines, fibres, micronutriments, indice glycémique)

³ Citepa, Rapport Secten 2024, répartition des émissions agricoles françaises

⁴ Décret du 21 avril 2020 portant sur la Stratégie nationale bas carbone (SNBC), objectif de réduction de 18 % des émissions agricoles en 2030 par rapport à 2015

⁵ Rapport de l'ONU, 2016, cité dans Sénat, rapport n°476, 2019

⁶ Plan national stratégie protéines végétales, 2020

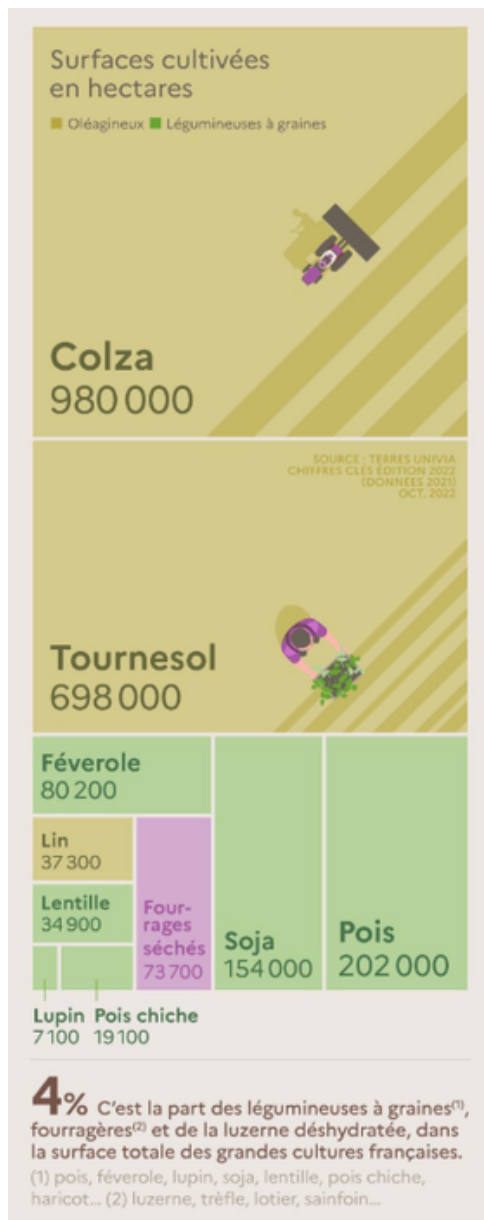
⁷ WWF, rapport Pulse Fiction / scénario protéines

UN ALIMENT PEU ET SOUS-CONSOMMÉ : POURQUOI ?

Depuis les années 1960, les politiques agricoles européennes ont **privilegié les céréales et libéralisé les importations de soja américain**, notamment suite à l'accord de Dillon Round (1960-1961), qui exemptait ces importations de droits de douane. Cette orientation a **progressivement marginalisé les cultures de légumineuses**.

Résultat : la consommation française est passée de 7,2 kg par personne et par an en 1920 à environ 2 kg aujourd'hui, contre 115 kg pour les céréales⁸. **Les légumineuses ne représentent aujourd'hui que 4 % de la surface agricole utile française, tandis que 65 % de cette surface est cultivée pour l'alimentation animale.**

Dans le même temps, les Trente Glorieuses ont profondément transformé les habitudes alimentaires : l'accès généralisé à la viande, longtemps réservée aux classes aisées, en a fait le symbole d'une alimentation moderne et prospère, reléguant les légumineuses au rang d'aliment du passé.



Cette marginalisation crée un cercle vicieux : faibles surfaces cultivées -> faibles investissements en recherche variétale (les légumineuses ne représentent qu'1 % de la recherche agricole) -> faible compétitivité des filières -> faibles surfaces⁹. Par ailleurs, **les marges annuelles des agriculteurs sont 2 à 6 fois inférieures pour des cultures de légumineuses** que pour des céréales, ce qui décourage structurellement la conversion.

Les **freins à la consommation côté ménages** sont également documentés : méconnaissance des bienfaits nutritionnels (plus de 75 % des Français ne connaissent pas les apports journaliers recommandés en protéines), image encore associée à la « viande des pauvres », temps de préparation perçu comme long, et inconfort digestif faute d'information¹⁰. 36 à 44 % des Français estiment encore les légumineuses moins savoureuses que les protéines animales.

⁸ Sénat, rapport n°476, 2019 - Protéines végétales : la grande illusion ?

⁹ WWF, rapport Pulse Fiction / scénario protéines

¹⁰ Protéines France, Baromètre consommateur 2024, perceptions des Français vis-à-vis des protéines végétales

DES SIGNAUX ENCOURAGEANTS

La tendance évolue positivement. Entre 2015 et 2022, **les achats de légumineuses ont progressé de 16 % en volume**. 85 % des Français jugent les protéines végétales bonnes pour la santé, et 73 % bonnes pour l'environnement. En restauration collective, les légumes secs affichent une hausse de 22 % en volume par rapport à 2019, portée notamment par la loi Climat et Résilience de 2021 qui encourage la diversification des sources de protéines dans les cantines¹¹. Le Plan national protéines végétales de 2020 et le programme Cap Protéines (33,5 millions d'euros sur 2021-2022) constituent également des avancées réelles¹².

Pour autant, **ces efforts restent insuffisants au regard des objectifs climatiques**. La prospective TYFA estime qu'il faudrait porter les surfaces de légumineuses alimentaires de 115 000 ha à 500 000 ha d'ici 2050, ce qui représente seulement 4 % des surfaces céréalières actuelles.

LA POSITION DE L'AVF SUR LES LÉGUMINEUSES



➔ Chiffres issus des Études Åström S. et al., 2013 et Foodwatch, 2008¹³

L'AVF considère les légumineuses comme un **élément central de la transition alimentaire**. Il ne s'agit pas d'un sujet qui n'intéresse que les végétarien.nes : tous les grands scénarios agricoles prenant au sérieux l'enjeu climatique (Sénat, INRAE, WWF, SNBC) convergent vers une forte augmentation de leur production et de leur consommation.

Le Plan national stratégie protéines végétales de 2020 le reconnaît explicitement : l'accroissement des cultures de légumineuses est « un levier d'action clé » pour accompagner les transitions agroécologique et climatique.

Or la France reste structurellement en retard.

¹¹ Terres Univia, Observatoire oléo-protéines 2025

¹² Préfecture des Vosges / Plan France Relance, dispositif d'aides à l'acquisition d'agroéquipements protéines végétales

¹³ Réduction des émissions de GES selon le régime alimentaire par rapport à un régime omnivore classique. Les légumineuses, riches en protéines, permettent de remplacer les protéines animales dans ces régimes moins émetteurs. Sources : Åström et al., 2013 ; Foodwatch, 2008

Les dispositifs publics existants vont dans le bon sens mais demeurent nettement insuffisants au regard de l'ampleur des transformations nécessaires. Tant que les **aides agricoles restent défavorables aux légumineuses** par rapport aux céréales et à l'élevage, tant que la recherche variétale est sous-financée, et tant que les infrastructures de stockage et de transformation sont insuffisantes et inégalement réparties sur le territoire, les agriculteurs ne disposeront pas des conditions nécessaires pour opérer la transition à grande échelle.

L'AVF soutient une **approche articulant simultanément offre et demande** : encourager les Français à consommer davantage de légumineuses ne suffit pas si les filières françaises de qualité ne sont pas en mesure de les approvisionner. Inversement, développer la production sans accompagner la demande risque de renforcer la dépendance aux exportations. Les deux leviers doivent être actionnés de concert.

Nous avons mis en lumière ces enjeux lors de notre conférence "Merveilleuses légumineuses" organisée en janvier 2026, qui a réuni producteurs, chercheurs et représentants institutionnels autour de cette conviction partagée : **les légumineuses méritent une place centrale dans les politiques agricoles et alimentaires françaises, à la hauteur de leur rôle dans la transition écologique.**

NOS SOLUTIONS :

➡ Augmenter les surfaces agricoles françaises dédiées aux légumineuses pour l'alimentation humaine

La France doit se fixer des objectifs chiffrés et contraignants d'augmentation des surfaces de légumineuses à destination de la consommation humaine directe, distincts des objectifs relatifs aux légumineuses fourragères destinées à l'élevage.

AU NIVEAU EUROPÉEN

1. Intégrer les légumineuses dans les **critères de conditionnalité de la PAC** : conditionner une part des aides directes au respect d'un quota minimum de légumineuses dans les assolements.
2. **Lutter contre les distorsions de concurrence avec les pays tiers** (le Canada notamment) qui utilisent des produits phytosanitaires non autorisés en Europe, pénalisant la compétitivité des filières françaises sur leur propre marché intérieur.

AU NIVEAU NATIONAL

1. Fixer un **objectif national de surfaces de légumineuses alimentaires** dans les documents de programmation agricole, en cohérence avec les scénarios de la SNBC et de la prospective TYFA (objectif : 500 000 ha en 2050, contre ~115 000 ha aujourd'hui).
2. Soutenir la **recherche variétale** en orientant davantage les financements publics (notamment ceux de l'INRAE et les instituts techniques) vers des variétés adaptées aux sols et aux climats français, plus productives et résilientes. Un programme de sélection variétale s'étalant sur 10 à 15 ans, les décisions d'investissement doivent être prises maintenant.
3. Investir dans les **infrastructures** collectives de stockage, séchage et transformation adaptées aux légumineuses, par des appels à projets régionaux.

AU NIVEAU LOCAL

1. **Soutenir les filières locales** de légumineuses grâce aux Projets Alimentaires Territoriaux (PAT) : contractualisation avec des producteurs locaux, structuration des filières de transformation à l'échelle du territoire.
2. Intégrer des **critères d'approvisionnement en légumineuses françaises** dans les appels d'offres de restauration collective des collectivités, au-delà des obligations EGAlim.

NOS SOLUTIONS :

→ Améliorer les aides financières pour les cultures de légumineuses durables

La SNBC (Stratégie nationale bas carbone) identifie le développement des légumineuses comme un **levier prioritaire de réduction des émissions agricoles**. Les aides publiques doivent s'y conformer. Les marges des agriculteurs restent 2 à 6 fois inférieures pour des légumineuses que pour des céréales : **corriger cette inégalité économique structurelle est indispensable** pour que les politiques de transition puissent fonctionner à grande échelle.

AU NIVEAU EUROPÉEN

1. Créer ou renforcer un **éco-régime spécifique** aux légumineuses dans la PAC (les éco-régimes sont des aides supplémentaires versées aux agriculteurs qui adoptent volontairement des pratiques favorables au climat, au-delà des aides d'origine), reconnaissant et rémunérant leur rôle de fixateurs d'azote, leur contribution à la réduction des engrais de synthèse et leurs bénéfices pour les cultures suivantes dans la rotation.

AU NIVEAU NATIONAL

1. **Étendre les aides** à l'acquisition d'agroéquipements spécifiques aux légumineuses, sur le modèle du dispositif France Relance 2021 (plus de 1 160 demandeurs, enveloppe doublée à 40 millions d'euros).
2. Mettre en place des **contrats tripartites** producteurs-transformateurs-distributeurs pour garantir des débouchés stables et des prix rémunérateurs aux agriculteurs qui s'engagent dans la culture de légumineuses.
3. **Soutenir la filière biologique**, qui représente déjà 46 % des surfaces de légumes secs français (contre 10,3 % pour l'ensemble des surfaces agricoles en 2021), un potentiel remarquable qui mérite un accompagnement financier à la hauteur.¹⁴

AU NIVEAU LOCAL

1. **Favoriser l'inscription de légumineuses françaises** et locales dans les menus de la restauration collective scolaire, en lien avec les objectifs de la loi EGAlim et du PAT.



¹⁴ DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes, part du bio dans les surfaces de légumes secs français