

LE CHEMIN DU LAIT



La filière du lait suisse



swissmilk

De la ferme au verre

En Suisse, le lait de vache est synonyme d'alimentation, de tradition et d'identité – un véritable pont entre agriculture, culture et vie quotidienne.

Sa chaîne de création de valeur comprend de nombreux processus. Cette brochure se concentre sur les étapes qui se déroulent entre la ferme et le verre, où nombre d'acteurs – animaux et humains – entrent en jeu.

Salut, moi c'est Lou.
Je vous emmène
découvrir les cinq
grandes étapes du
chemin du lait.




PRODUCTION
Page 4

Transformation de
l'herbe des prairies en
lait et durabilité.




VENTE
Page 23

Processus jusqu'aux
consommateurs·trices
et rétribution des
producteurs·trices.


CONSUMATION
Page 27



Conservation du lait
cru et proportion
transformée en produits
laitiers.


TRANSFORMATION
Page 15



Acheminement du lait
de la ferme à la laiterie
et réfrigération.


TRANSPORT
Page 13





PRODUCTION

De l'herbe au lait

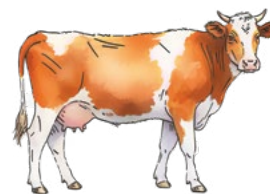
Les fées du lait

Plus de 16 000 exploitations nous fournissent du lait et des produits laitiers



Le chemin du lait commence à la ferme. En 2025, on dénombrait plus de 16 000 exploitations laitières en Suisse, dont environ la moitié se trouve en plaine, et l'autre moitié en montagne. Certaines vaches connaissent même les deux, car environ 1800 agriculteurs-trices envoient leurs troupeaux passer l'été à l'alpage.¹

En moyenne, une exploitation laitière possède 29 vaches et produit 193 000 kilos de lait par année.^{2 3} Il existe plus de 100 races bovines dans le monde.⁴ En Suisse, les plus courantes sont les suivantes: la Holstein, la Swiss Fleckvieh, la Brune, la Simmental, la Montbéliarde et la Jersey. Les races à deux fins, comme la Brune ou la Tachetée, élevées à la fois pour le lait et la viande, sont très répandues.⁵



Swiss Fleckvieh



Holstein



Brune



En moyenne,
une vache vit avec
28 congénères.

L'importance écologique des prairies et des pâturages



En Suisse, 80 % des surfaces utilisées à des fins agricoles sont des herbages.⁶ En raison des conditions climatiques, de la topographie et de la nature du sol, ces surfaces ne peuvent généralement pas être utilisées pour les grandes cultures. Elles offrent en revanche les conditions idéales pour l'élevage de ruminants qui transforment l'herbe en lait et en viande.⁷

Les vaches laitières profitent aussi des grandes cultures. Afin de préserver la fertilité du sol, on applique une rotation conséquente des cultures. En d'autres termes, les surfaces ne sont pas cultivées en continu, mais sont régulièrement laissées au repos afin de permettre la formation d'humus. C'est pourquoi on trouve toujours des surfaces herbagères dans les zones de grandes cultures, pour le plus grand bonheur des vaches.

Les prairies et les pâturages ont également des fonctions écologiques importantes: elles régulent les eaux de pluie et de surface et préviennent l'érosion des sols grâce à un bon enracinement. Les prairies alpines en particulier favorisent la biodiversité. En y pâturant, les vaches laitières empêchent qu'elles soient envahies de broussailles. L'économie alpestre va ainsi bien au-delà des traditions suisses; elle contribue à la protection des espèces et permet à notre pays de conserver son allure de carte postale.⁸

Les exploitations laitières répondent aux exigences des prestations écologiques requises (PER)

L'agriculture dépend du bon fonctionnement des écosystèmes et la norme de production «prestations écologiques requises (PER)» garantit leur protection. Le respect des PER est une condition à remplir pour recevoir les paiements directs. Cela signifie, entre autres, que les exploitations sont tenues d'affecter au moins 7 % de leurs terres à des surfaces de compensation écologiques gérées de manière extensive, d'appliquer une rotation des cultures régulière et de ménager le sol autant que possible.⁹

L'industrie laitière réduit ses émissions



La production laitière suisse représente entre 3 et 4 % des émissions de gaz à effet de serre (état: 2023): elles proviennent du méthane et du protoxyde d'azote produits par la digestion des vaches, des engrais synthétiques utilisés dans les champs ainsi que du stockage et de l'épandage des engrais de ferme. En comparaison internationale, ces émissions sont faibles. Mais ce n'est pas une raison pour rester les bras croisés, bien au contraire. L'industrie laitière est en constante évolution; elle doit s'adapter aux attentes de la société et aux objectifs environnementaux, et rester viable d'un point de vue économique.¹⁰

Le secteur laitier s'engage notamment dans l'initiative de protection du climat «Lait KlimaStaR». Depuis 2022, 222 exploitations laitières participent à ce projet fondé sur des bases scientifiques. Son

objectif est de réduire de 20 % les émissions de gaz à effet de serre, en optimisant l'alimentation des animaux ou en construisant des installations de biogaz, par exemple.¹¹ De nouvelles approches suscitent également un intérêt croissant, telles que l'utilisation d'additifs fourragers pouvant réduire la production de méthane lors de la digestion des vaches.

Par ailleurs, l'Interprofession du lait a lancé un calculateur d'empreinte climatique, qui devrait être mis à la disposition des exploitations laitières courant 2026. Il permettra aux exploitations de calculer leurs émissions de gaz à effet de serre et leur niveau de concurrence alimentaire. L'industrie laitière améliore ainsi constamment son bilan climatique, tout en garantissant une production alimentaire durable.



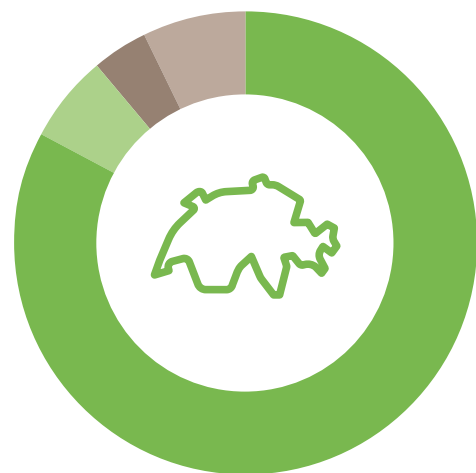
Les vaches laitières consomment principalement du fourrage suisse



Les vaches suisses consomment 89 % de fourrage local. Il s'agit principalement de fourrages grossiers naturels tels que l'herbe, le foin, l'ensilage (fourrage vert fermenté) et le maïs. Une vache mange beaucoup: en été, elle consomme entre 70 et 140 kilos de fourrage grossier par jour, principalement sous forme d'herbe fraîche, et entre 15 et 25 kilos de foin ou d'ensilage en hiver.

En comparaison internationale, la Suisse utilise peu d'aliments concentrés: ils ne représentent en effet que 13 % au maximum de la ration alimentaire moyenne. 62 % des aliments concentrés sont composés de sous-produits de l'industrie alimentaire, par exemple la pulpe de betterave sucrière, les graines de colza pressées ou le son. Le fourrage est strictement contrôlé et ne doit pas contenir d'organismes génétiquement modifiés, d'huile de palme, de farines animales, d'hormones ou d'antibiotiques destinés à améliorer les performances.¹²

Environ **89%**
du fourrage pour
les vaches provient
de Suisse.



Fourrage ¹²

d'origine suisse

- 83 % du fourrage grossier
- 6 % des aliments concentrés

d'origine étrangère

- 4 % du fourrage grossier
- 7 % des aliments concentrés

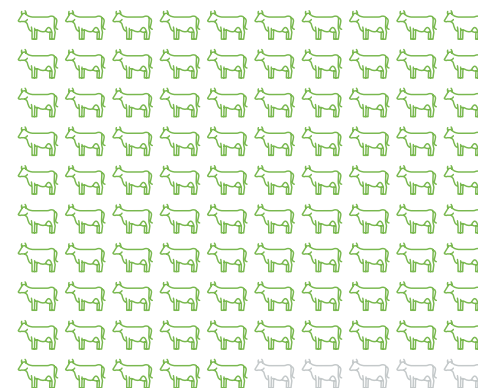
Chaque vache porte un nom



La législation suisse sur la protection des animaux, à laquelle sont soumis tous les propriétaires d'animaux, est l'une des plus strictes au monde.¹³ Les détenteurs·trices de bétail laitier doivent en outre se soumettre à deux programmes fédéraux de bien-être animal, dont les règles sont encore plus strictes: «Sorties régulières en plein air (SRPA)» et «Systèmes de stabulation particulièrement respectueux des animaux (SST)».¹⁴ Le programme SRPA prescrit que les animaux doivent sortir régulièrement en plein air: au moins 26 jours par mois de mai à octobre et au moins 13 jours par mois en hiver. Le programme SST impose également des exigences en matière d'aménagement des étables, qui doivent par exemple laisser entrer beaucoup de lumière naturelle et disposer de logettes équipées pour les vaches.¹⁵

Par ailleurs, les producteurs·trices suisses de lait se sont mis d'accord sur un standard sectoriel commun: swissmilk green. Le respect d'un programme de bien-être animal (SRPA ou SST) fait partie des dix exigences de base du standard. Chaque vache doit avoir un nom dans la banque de données sur le trafic des animaux et les antibiotiques doivent être utilisés avec précaution. En outre, les exploitations doivent satisfaire à deux des huit exigences supplémentaires. Il peut s'agir par exemple d'accueillir des classes à la ferme, de former des apprenti·es ou d'assurer la formation continue du personnel.¹⁶

97% des vaches
laitières suisses bénéficient
d'au moins un des programmes
de bien-être animal de la
Confédération (SST ou SRPA).¹⁷



Le bien-être animal: entre passion et précision



Anita Müller partage avec les agriculteurs·trices son expertise en matière de protection des animaux. Dotée d'un redoutable œil de lynx, elle leur montre comment améliorer les étables pour les vaches.

Au millimètre près

Anita Müller est la cheffe d'orchestre du Strickhof, une exploitation pédagogique et expérimentale du canton de Zurich, axée sur l'agriculture, l'alimentation et l'élevage.



Anita Müller est conseillère en construction d'étables et en élevage allaitant.

En tant que conseillère en construction d'étables et en élevage allaitant, l'agronome de 29 ans connaît sur le bout des doigts les directives suisses en matière de protection des animaux. «Les dimensions prescrites doivent être respectées au millimètre près. On ne tolère aucun écart, aussi petit soit-il.» Par exemple, si l'on remplace une structure rouillée par un modèle plus épais de quelques millimètres, il se peut que les mesures ne soient plus correctes.

«C'est dans ce genre de situation que l'on me demande conseil», explique-t-elle.

Le bien-être, au-delà des millimètres

La protection des animaux repose sur deux piliers, qui, s'ils partagent un objectif commun, diffèrent sensiblement dans leur approche. D'une part, les exigences en matière de construction, qui définissent toutes les dimensions à respecter dans l'étable: aires d'alimentation, couloirs de circulation, logettes... «C'est mon domaine de prédilection», affirme Anita. D'autre part, l'aspect qualitatif, qui se concentre davantage sur le bien-être effectif des animaux. Les animaux sont-ils propres et en bonne santé? Disposent-ils de suffisamment d'air, d'eau et de lumière? «Pour en juger, nul besoin de mètre-ruban, il faut surtout un œil exercé.»

Véritable modèle, l'étable du Strickhof veille scrupuleusement au bien-être des animaux. Un robot à fumier bourdonne dans les couloirs et les nettoie. Quant aux logettes, elles sont recouvertes d'une épaisse litière. Et ça marche: le pelage des animaux est luisant de propreté. «Les vaches propres et bien soignées sont en meilleure santé, tout le monde y gagne», déclare Anita entre deux meuglements sonores. «En prenant bien soin de ses animaux, on réduit les frais vétérinaires et on augmente la production laitière. Sans parler du plaisir que l'on a à travailler!» La grande majorité des agriculteurs et agricultrices partagent cet avis. Anita le sait d'expérience: les manquements sont l'exception, et non la règle. «Les mauvais élèves se font rares», assure-t-elle.



La protection des animaux sur le banc d'essai

Les offices vétérinaires cantonaux vérifient tous les quatre ans que les exigences légales minimales en matière de protection des animaux sont respectées dans les exploitations de taille significative. «Ils peuvent passer plus souvent en cas de manque constaté et de changement dans l'exploitation», précise Anita. Les transformations s'avèrent souvent délicates; «il est plus facile de construire un nouveau bâtiment aux normes que de transformer un ancien bâtiment pour qu'il soit conforme au bien-être des animaux», estime-t-elle.

La nervosité avant le contrôle

Si un contrôle révèle des mesures insuffisantes, l'agriculteur·trice a plusieurs options selon la situation: réduire le nombre d'animaux, passer à une race bovine plus petite ou améliorer la construction. De tels cas atterrissent régulièrement sur le bureau d'Anita. Elle précise: «Les vaches sont des animaux d'extérieur. Une étable ne pourra donc jamais satisfaire pleinement leurs besoins, mais nous pouvons essayer de nous en rapprocher le plus possible.»

La protection des animaux, défendue par la loi, guide chacune des décisions d'Anita sur sa propre exploitation en Argovie, qu'elle dirige avec son mari depuis 2023. Ils ont transformé eux-mêmes l'étable. «Au moment du premier contrôle, j'avais la boule au ventre, se souvient-elle. Je voulais que tout soit parfait.» C'est pourquoi elle n'a rien laissé au hasard, et cela a payé: les contrôleurs·euses n'ont rien trouvé à redire. «Si cela n'avait pas été le cas, j'aurais sans doute envisagé une reconversion», plaisante-t-elle.

Le pelage des animaux est luisant de propreté.

«Les vaches propres et bien soignées sont en meilleure santé, tout le monde y gagne», confie Anita Müller.



L'humain, la machine et le robot



En Suisse, on traite rarement à la main, seulement dans les petites exploitations d'alpage ou à des fins de démonstration. La méthode la plus courante est la traite à la machine: l'agriculteur·trice nettoie la mamelle et place un faisceau trayeur avec quatre gobelets sur les trayons de la vache. La machine génère un vide pulsé qui masse les trayons.

Le robot de traite est encore plus sophistiqué d'un point de vue technologique: c'est la vache qui décide du moment de la traite en entrant volontairement dans le box. Le robot reconnaît l'animal, nettoie la mamelle et pose le faisceau trayeur, le tout de manière automatisée.¹⁸



Critères imposés par la Confédération lors du contrôle du lait:

1. Le nombre de germes: il s'agit d'une mesure de l'hygiène.
2. Les cellules somatiques: elles permettent de tirer des conclusions sur la santé des animaux.
3. Les inhibiteurs: ils peuvent indiquer la présence de résidus d'antibiotiques ou d'erreurs d'alimentation et, le cas échéant, compromettre la transformation du lait en fromage ou en yogourt.

Au-delà de ces critères, d'autres données définies par la branche laitière sont collectées, par exemple: la teneur en matières grasses et en protéines, le point de congélation, les urées, les acides gras libres ou d'autres données visant à surveiller les maladies ou les résidus provenant de l'environnement.



TRANSPORT

De la ferme à la fromagerie



Le refroidissement: élément clé lors du transport du lait



En règle générale, le lait cru est refroidi à 6 °C minimum dans les deux heures suivant la traite et stocké temporairement dans un tank jusqu'à ce qu'il soit collecté. Afin de préserver la qualité du lait et d'éviter la prolifération des bactéries, le transport doit être rapide et se faire dans des conditions hygiéniques. C'est pourquoi on utilise des camions-citernes isolés, avec un dispositif leur permettant de prélever des échantillons de lait cru pendant le transport, afin de les soumettre à des analyses de qualité en laboratoire.²⁰

Dans les régions de montagne par exemple, les agriculteurs·trices amènent parfois eux-mêmes leur lait jusqu'au centre de collecte le plus proche. Pour la production de fromage au lait cru, le lait est directement livré à la fromagerie deux fois par jour. Les prescriptions en matière de température sont alors différentes, car le lait doit subir une phase de maturation avant d'être transformé.

Un camion transporte
en moyenne
16 000 litres
de lait.



Le transport est un maillon important de la chaîne de création de valeur: un tiers du lait produit est livré à des fromageries artisanales, où il est principalement transformé en spécialités fromagères suisses. Les deux tiers restants sont destinés aux six centrales laitières ainsi qu'à de nombreuses laiteries de moyenne et de petite taille, qui produisent du lait de consommation, de la crème, du beurre, de la poudre de lait, des yogourts et du fromage. Les quantités transportées sont considérables: à elles seules, les six principales centrales laitières transforment environ 2 millions de tonnes de lait par an.²¹



TRANSFORMATION

Du lait cru aux
produits laitiers



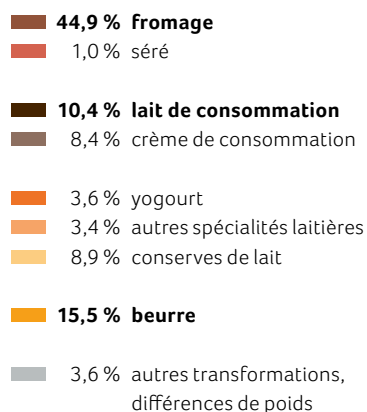
44 % du lait est transformé en fromage



La Suisse compte environ 600 fromageries et quelque 90 laiteries de grande, moyenne et petite taille,²² qui transforment le lait cru qui leur est livré en différents produits laitiers. Le fromage en constitue de loin la plus grande part, suivi du beurre et du lait de consommation.²³

Transformation ²³

Transformation du lait en équivalents-lait 2024
(3 339 537 tonnes de lait au total)



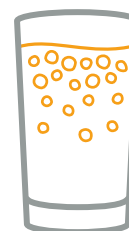
La conservation du lait



Pour fabriquer des produits laitiers, il faut d'abord traiter le lait cru, car il s'écume rapidement: les globules gras dans le lait remontent à la surface et forment une couche de crème. Pour éviter cela, le lait cru est homogénéisé. Les globules gras sont broyés de sorte qu'ils ne se déposent plus à la surface, mais se répartissent uniformément dans le lait.²⁴

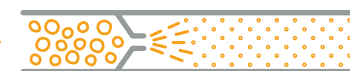
En même temps que l'homogénéisation, le lait est chauffé afin d'être conservé. On parle de pasteurisation et de chauffage à ultra-haute

température. Lors de la pasteurisation, le lait est chauffé pendant quelques secondes à plus de 72 °C. Ce processus permet de conserver le lait au frais pendant quelques jours. Si le lait doit être conservé plus longtemps sans être réfrigéré, il doit être chauffé à ultra haute température (UHT). On le chauffe alors brièvement à plus de 135 °C et on le refroidit immédiatement. Dans l'emballage fermé, le lait se conserve entre 8 et 12 semaines, même à température ambiante. Exception: pour produire du fromage au lait cru, on ne chauffe pas le lait.²⁵



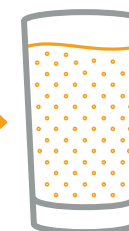
Lait non homogénéisé

Des globules gras de différentes tailles flottent dans le lait. Si on les laisse reposer, une couche de crème se forme.



Homogénéisation

Le lait est pressé à travers des buses étroites afin de broyer les globules gras.



Lait homogénéisé

Les globules gras sont beaucoup plus petits et se répartissent uniformément dans le lait.

Du lait à la crème, au beurre et au fromage



Le produit laitier le plus répandu est... le lait! Il existe différentes variantes du lait de consommation: lait entier, lait partiellement écrémé ou demi-écrémé et lait écrémé. Des directives précises réglementent ces dénominations. Le lait entier doit avoir une teneur en matière grasse d'au moins 3,5 %, le lait écrémé ne doit pas contenir plus de 0,5 % de matière grasse.²⁶

La crème est produite au cours du même processus que le lait écrémé, en plaçant le lait dans des centrifugeuses. La matière grasse du lait se sépare alors des autres composants du lait pour former la crème.²⁷ Le beurre, lui, est fabriqué à partir de la crème: si l'on continue à battre la crème, les globules gras s'agglomèrent en grains de beurre, qui se séparent du babeurre pour former le beurre. Il faut 21 litres de lait pour fabriquer 1 kilo de beurre.²⁸

La majeure partie du lait suisse, environ 45 %, est transformée en fromage.²⁹ Il faut 10 litres de lait pour fabriquer 1 kilo de fromage.³⁰ Environ 170 000 tonnes de fromage sont ainsi produites chaque année.³¹ On distingue fromage à pâte extra-dure, dure, mi-dure, molle, fromage frais ainsi que fromage à tartiner et fromage fondu. Chaque type de fromage a ses propres caractéristiques et se distingue par sa teneur en matières grasses et en eau, ainsi que par son procédé de fabrication, son affinage et son stockage. En Suisse, il existe plus de 700 variétés de fromages différents.³²

Pour fabriquer
1 kilo
de fromage, il faut
10 litres de lait.³³



Type de fromage ³⁴

Fabrication/affinage

Exemples



Fromage
à pâte extra-dure

fabriqué à partir de lait cru,
long affinage; pleine maturité
après 2 à 3 ans

Sbrinz AOP
Bernese Alps AOP



Fromage
à pâte dure

à base de lait pasteurisé ou
de lait cru (produits AOP);
durée d'affinage de 4 mois
à 2 ans

Emmentaler AOP
Gruyère AOP



Fromage
à pâte mi-dure

à base de lait pasteurisé ou
de lait cru; durée d'affinage
de 3 à 6 mois

Appenzeller
Tête de Moine AOP
Raclette Suisse
Raclette du Valais AOP



Fromage
à pâte molle

à base de lait pasteurisé,
soit avec adjonction de
moisissure noble, soit affiné
en saumure; durée d'affinage
de quelques semaines

brie suisse
Vacherin Mont-d'Or AOP
Tomme Vaudoise



Fromage frais

à base de lait pasteurisé,
non affiné, prêt à être
consommé directement
après la fabrication

séré
cottage cheese
mozzarella



Fromage à tartiner
et fromage fondu

fabriqués à partir de différents
types de fromages selon
un procédé de fabrication
spécifique qui lui confère son
caractère fondant

Fromage suisse aux noix

«Le lait n'est jamais pareil. C'est sa beauté.»



Du beurre blanc en hiver et jaune en été? Quant au fromage, il est souple aux beaux jours et ferme à la saison froide. Explications de deux fromagers du Jura bernois.

Garanti sans colorant

Pour aller à la fromagerie «Fromages Spielhofer» depuis le Plateau, il faut se rendre dans les douces collines du Jura bernois. Situé à 820 mètres d'altitude, le village de Saint-Imier est entouré de forêts. «Pas étonnant que notre beurre soit un pur produit de la nature, n'est-ce pas?», lance Cédric Spielhofer en souriant. «Nous n'utilisons aucun colorant», ajoute son frère Florian. C'est la raison pour laquelle le «beurre de montagne du Jura bernois» produit ici a une teinte jaune en été et blanche en hiver.

Les vaches paissent dans les prairies fleuries

La différence de couleur du beurre provient du lait utilisé par Cédric et Florian Spielhofer: un lait

de montagne sans ensilage. «Les vaches doivent passer au moins 120 jours par an au pré», explique Cédric. C'est la condition posée à leur soixantaine de fournisseurs de lait de la région. «L'été, les animaux paissent dans des prairies en fleurs et absorbent ainsi du carotène. C'est ça qui donne au beurre sa couleur jaune».

Moins de graisses et de protéines en hiver

Le mode d'élevage et d'alimentation naturel des vaches a un impact direct sur le produit final. «Beaucoup de nos fromages présentent cette teinte jaunâtre lorsqu'ils ont été fabriqués en été. Ils ont la saveur des herbes broutées par les vaches et leur texture est plus fine», explique Florian Spielhofer. L'herbe fraîche consommée par les animaux aux beaux jours rend le lait plus riche en matière grasse et en protéines que durant les mois d'hiver. À la saison froide, les quelque 1200 vaches

qui produisent du lait pour la fromagerie Spielhofer se nourrissent surtout de foin. Pour les frères Spielhofer, c'est un aspect positif: «Le lait n'est jamais pareil et c'est justement ce qui fait sa beauté. Nous pouvons fabriquer des produits aux arômes extrêmement variés.»

Standardisation du lait pour répondre aux cahiers des charges

Cédric et Florian Spielhofer ont un credo: rester au plus près du lait d'origine. Une approche qui ne peut toutefois pas s'appliquer aux AOP comme la Tête de Moine ou le Gruyère. «Pour ces fromages-là, nous devons respecter des cahiers des charges très stricts», explique Florian. Le lait utilisé pour la fabrication du Gruyère, par exemple, doit avoir une teneur en matière grasse de 3,4 % toute l'année. «Pour ces produits, nous standardisons le lait. C'est-à-dire que si la teneur en matière grasse est trop élevée, nous écrémons». À l'inverse, on pourrait s'imaginer ajouter de la crème pour corriger une teneur trop faible en matière grasse. «Mais pour le Gruyère, cette pratique est interdite par le cahier des charges», complète Cédric. «Heureusement, il est rare que le lait contienne moins de 3,4 % de matière grasse».

Compenser les variations de qualité

S'ils s'efforcent d'être au plus près de la nature, les frères Spielhofer se permettent toutefois quelques ajustements. «La qualité doit toujours être au rendez-vous», explique Cédric. «Nous ne pouvons pas risquer d'avoir des yogourts trop liquides en hiver, ce qui arrive lorsque la teneur en protéines du lait est trop faible». Ainsi, pour la corriger, les deux frères n'hésitent pas à ajouter de la poudre de lait écrémé. Le processus de fabrication du beurre est lui aussi ajusté selon la saison. «Sans ça, les consommatrices et consommateurs seraient obligés de faire des concessions en hiver et de se contenter d'un beurre moins facile à tartiner», ajoute Florian. Un processus thermique précis permet d'éviter ce problème en brisant les nombreuses graisses saturées et les longues chaînes de graisse contenues dans le lait d'hiver. «Par ailleurs, nous malaxons le beurre plus longtemps à la saison froide. Car plus il est travaillé, plus il sera facile à tartiner».

Florian (à gauche) et Cédric Spielhofer avec un fromage d'hiver et un fromage d'été.

Les étiquettes simplifient la vie des personnes allergiques



Quiconque propose des aliments préemballés doit garantir que toutes les indications obligatoires figurent sur l'emballage. Cela est particulièrement important pour les personnes allergiques ou intolérantes au lactose. En effet, les composants du lait peuvent se retrouver dans de nombreux aliments transformés.³⁵

Ces informations doivent figurer sur l'emballage:

1. **La dénomination spécifique** indique le type de denrée alimentaire.
2. **La liste des ingrédients** indique, par ordre décroissant de quantité, tous les ingrédients contenus dans le produit. Elle informe également sur les ingrédients susceptibles de provoquer des allergies ou d'autres réactions indésirables.

3. **Date** (date de durabilité minimale ou date limite de consommation)
4. **Instructions de conservation et d'utilisation** (p.ex. température de conservation)
5. **Adresse** (nom et adresse de l'entreprise/la personne, en général le responsable de la mise sur le marché)
6. **Pays de production**
7. **Origine des ingrédients**
8. **La déclaration nutritionnelle** renseigne sur les nutriments.
9. **Marque d'identification**
10. **Quantité nette** (p.ex. le poids en g)



1 **Yogourt au lait entier à la fraise**
(3,8 % de matière grasse dans la partie lactique)

2 **Ingrédients:** yogourt (lait, protéines lactiques), sucre 9,2 %, fraises et jus de fraises à base de concentré 8 %, amidon de maïs cireux modifié, jus de betterave, arôme.

3 À consommer de préférence avant le: 15.08.26

4 Conserver à max. 5 °C

8 Valeurs nutritives	pour 100 g
Énergie	420 kJ (101 kcal)
Matière grasse	3,4 g
dont acides gras saturés	1,7 g
Glucides	14 g
dont sucres	14 g
Fibres alimentaires	0,5 g
Protéines	3,5 g
Sel	0,10 g

5 Laiterie de l'Aar
Transformation du lait
CH-3000 Berne

6 Élaboré en Suisse
7 Origine du lait: Suisse

CH
2434

180 g 10



VENTE

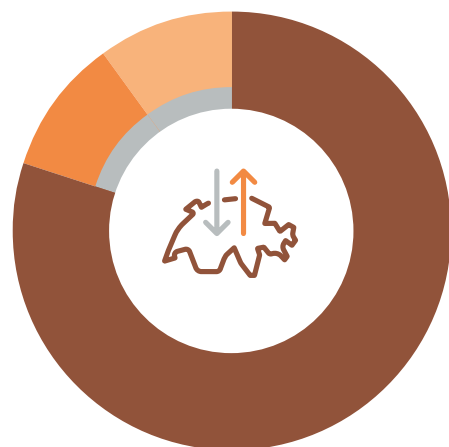
Du magasin aux
consommateurs·trices

La plus grande partie du lait suisse reste en Suisse



Après la transformation et l'emballage, les produits laitiers sont livrés au commerce de détail: c'est la prochaine étape de la chaîne de création de valeur. La plus grande partie du lait suisse reste en Suisse. Au cours des dernières années, environ 10 % de la

production laitière nationale a été exportée sous forme de fromage, et 10 % supplémentaires sous forme d'aliments transformés. À l'inverse, près d'un cinquième des produits laitiers consommés en Suisse provenaient de l'étranger.³⁶



Suisse

80 % du lait suisse reste en Suisse

Exportation

10 % est exporté sous forme de fromage
10 % est exporté sous forme de produits alimentaires transformés

Importation

Environ 20 % des produits laitiers consommés en Suisse proviennent de l'étranger

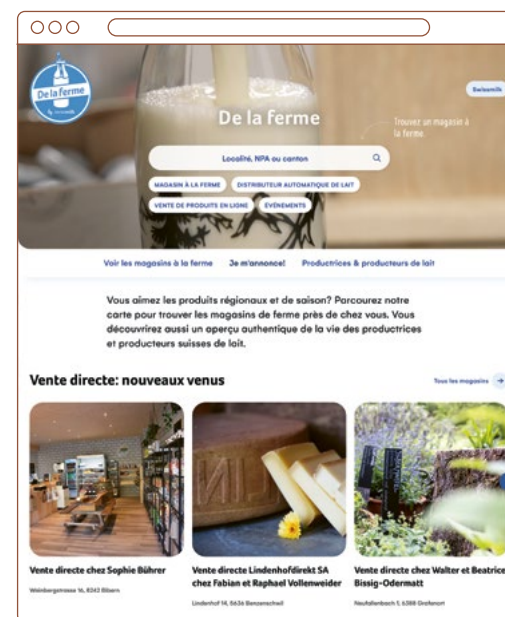


La qualité et l'emplacement sont déterminants



De plus en plus d'agriculteurs·trices vendent leur lait ou leurs produits transformés directement à la ferme, par exemple dans leur petit magasin. On parle de vente directe. Elle permet aux familles paysannes de conserver davantage de valeur ajoutée à la ferme. En assurant elles-mêmes la transformation et la vente, elles conservent une part plus importante du prix payé par les consommateurs.

Pour que la vente directe soit rentable, il faut une bonne connaissance du marché local et une bonne organisation. L'emplacement de l'exploitation et une déclaration correcte des produits sont très importants. Par exemple, le lait cru ne peut pas être présenté comme prêt à être consommé tel quel. Les exploitations sont tenues d'informer sur sa durée et ses conditions de conservation.³⁷



Presque partout en Suisse, les producteurs·trices de lait vendent leurs produits directement à la ferme.

Liste des magasins à la ferme: swissmilk.ch/delaferme



Les agriculteurs·trices gagnent environ 67 centimes par kilo de lait



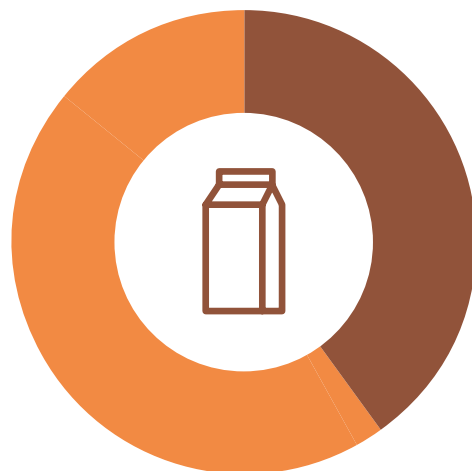
La production laitière est un secteur majeur de l'agriculture suisse. Les produits issus de l'élevage bovin et laitier représentent 36 % de la production totale.³⁸ Le prix du lait varie en fonction du lieu et du produit (état: 2025):

- **67 centimes** pour le lait destiné à la transformation en laiterie
- **85 centimes** pour le lait de non-ensilage destiné à la fabrication de fromage
- **92 centimes** pour le lait bio³⁹

Le prix versé peut varier fortement au cours de l'année et en fonction de la situation du marché.

En 2024, un litre de lait entier pasteurisé coûtait en moyenne 1,72 franc dans la grande distribution.⁴⁰

Les agriculteurs·trices perçoivent environ 40 % du prix payé par le consommateur. Le reste revient au commerce de détail, à la laiterie, à la collecte et au transport.



Répartition du prix de vente du lait

40 % du prix de vente revient aux agriculteurs·trices, le reste est réparti entre le commerce de détail, la laiterie, la collecte et le transport.

- 40 % producteurs·trices de lait
- 60 % commerce de détail, transport, transformation

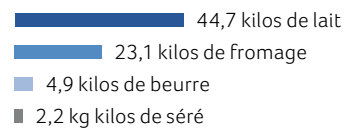


On consomme en moyenne 45 litres de lait par an

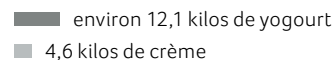


Lait frais ou produits transformés tels que fromage, yogourt ou beurre: on consomme le lait et les produits laitiers sous de nombreuses formes différentes.

En 2024, la consommation moyenne par habitant·e en Suisse était de:



Les ménages privés (sans la restauration et l'industrie alimentaire) ont en outre consommé par habitant·e et par année:

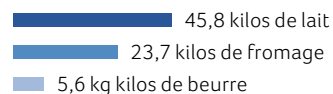


À titre de comparaison: consommation par habitant·e par année (2023)

France



Allemagne



C'est en **Irlande** que l'on consomme le plus de lait:⁴¹



La consommation de fromage moyenne par habitant·e est de 23,1 kilos, ce qui représente l'équivalent de **578 tranches** de raclette par an.



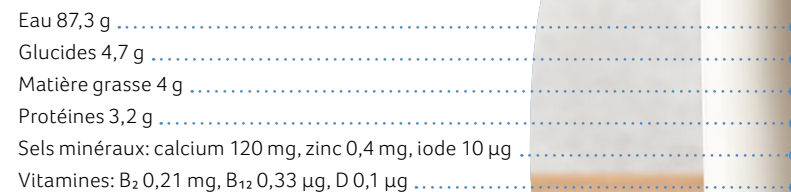
Le lait, source de protéines, d'acides gras et de micronutriments



La composition du lait est extrêmement riche. En plus de fournir des protéines et des acides gras de qualité, les produits laitiers jouent un rôle important dans notre apport en micronutriments, apportant des vitamines (p. ex. les vitamines B) et des minéraux (p. ex. le calcium) responsables de fonctions vitales dans notre corps.

Deux à trois portions par jour contribuent à un apport nutritionnel équilibré. Les produits laitiers jouent un rôle important, notamment pour couvrir les besoins en protéines, soutenir la santé osseuse et apporter une sensation de satiété lors des repas.⁴²

100 ml de lait entier contiennent⁴³



Une alimentation équilibrée pour la santé et l'écologie



La pyramide alimentaire illustre la structure d'une alimentation saine. Plus les aliments sont placés haut dans la pyramide, plus ils devraient être consommés avec parcimonie, les besoins quotidiens étant d'autant plus faibles. Pour les adultes en bonne santé entre 18 et 65 ans, il est recommandé de consommer 2 à 3 portions de lait ou de produits laitiers par jour, idéalement non sucrés. Une portion correspond par exemple à 2 dl de lait, 150 à 200 g de yogourt/séré/cottage cheese/blanc battu, 60 g de fromage à pâte molle ou 30 g de fromage à pâte dure. Il est recommandé de consommer chaque jour une portion supplémentaire d'un aliment riche en protéines, en alternant

par exemple les légumineuses, le tofu, la viande, le poisson, les œufs ou un autre produit laitier.⁴⁴

D'après les directives officielles de la Confédération, une alimentation équilibrée comprend des aliments d'origine végétale et animale. L'essentiel est de trouver un équilibre qui tienne compte à la fois des aspects sanitaires et écologiques. En Suisse, le lait est produit dans de nombreuses régions toute l'année. Il est donc généralement frais et les distances de transport sont courtes, ce qui a un effet positif sur le bilan environnemental.^{45 46}

La Confédération recommande aux adultes de consommer quotidiennement 2 à 3 portions de lait ou de produits laitiers.



© sge-ssn.ch, blv.admin.ch / 2024

L'âge, la taille et le niveau d'activité déterminent les besoins des enfants



En ce qui concerne l'alimentation des enfants, les recommandations sont les suivantes: boire de l'eau, manger des fruits et légumes, savourer avec tous ses sens, varier les aliments, manger régulièrement et bouger.⁴⁷ En effet, les besoins en nutriments varient en fonction de l'âge, de la taille et du niveau d'activité. Il en va de même pour la consommation de produits laitiers: les recommandations sont basées sur des valeurs moyennes et sont données à titre indicatif.⁴⁸



Recommandations relatives au nombre et à la taille des portions⁴⁹

Enfants de 4 à 6 ans

3-4 portions
de produits laitiers par jour

1 portion correspond à:
1 dl de lait

ou
100 g de yogourt/séré/
cottage cheese/
autre produit laitier

ou
15 g de fromage à pâte
mi-dure/dure

ou
30 g de fromage à pâte molle

Enfants de 7 à 9 ans

2-3 portions
de produits laitiers par jour

1 portion correspond à:
2 dl de lait

ou
150-200 g de yogourt/séré/
cottage cheese/
autre produit laitier

ou
30 g de fromage à pâte
mi-dure/dure

ou
60 g de fromage à pâte molle

Enfants de 10 à 12 ans

3 portions
de produits laitiers par jour

1 portion correspond à:
2 dl de lait

ou
150-200 g de yogourt/séré/
cottage cheese/
autre produit laitier

ou
30 g de fromage à pâte
mi-dure/dure

ou
60 g de fromage à pâte molle

Le petit-lait dans l'alimentation animale et l'industrie alimentaire



Des sous-produits sont générés tout au long de la chaîne de création de valeur du lait. Lors de la production, il s'agit en premier lieu des excréments des vaches. En effet, le lisier et le fumier ne sont pas considérés comme des déchets, mais comme une partie importante du cycle des éléments fertilisants dans l'agriculture. Utilisés en tant qu'engrais de ferme, ils fournissent par exemple de l'azote stimulant la croissance des prairies et des cultures agricoles.⁵⁰

Le petit-lait est un résidu de la fabrication du fromage. On a longtemps pensé qu'il n'avait pas de valeur particulière pour l'alimentation humaine. De grandes quantités de petit-lait étaient et sont encore utilisées pour nourrir les animaux. Cependant, ces dernières années, on assiste à un changement de mentalité: le petit-lait est désormais utilisé dans

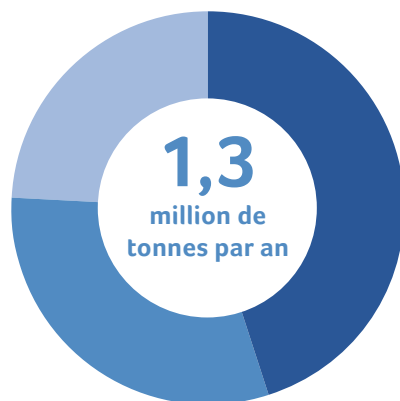
l'industrie alimentaire, par exemple dans les glaces, les produits de boulangerie, les laits pour enfants et nourrissons ou comme composant de boissons. Sur les quelque 1 300 000 tonnes de petit-lait produites chaque année en Suisse, environ 325 000 tonnes sont transformées en aliments, soit environ un quart.⁵¹



Pour que les emballages de lait génèrent moins de déchets, l'industrie laitière passe progressivement du PE (polyéthylène) au PET. Un grand avantage: la bouteille en PET est actuellement le seul emballage alimentaire pour lequel il existe un circuit de recyclage fermé en Suisse.⁵²

Que devient le petit-lait?⁵¹

- 45 % aliments pour porcs
- 31 % aliments protéinés pour l'élevage des porcelets et des veaux
- 24 % alimentation boissons au petit-lait, sésac ou poudre de petit-lait



Le yogourt est encore bon bien après la date limite de consommation



La plus grande part du gaspillage se produit dans les ménages privés, que ce soit parce que les produits laitiers se détériorent, qu'ils présentent des défauts visuels ou qu'ils ont dépassé leur date limite de consommation.⁵³ Bon à savoir: seuls les aliments portant une date limite de consommation («à consommer jusqu'au») ne doivent pas être consommés après la date indiquée. La date de durabilité minimale («à consommer de préférence avant le») garantit le goût, l'odeur, la couleur et la consistance d'aliments qui se conservent plus longtemps. Un yogourt non ouvert peut généralement être consommé plusieurs semaines après la date indiquée, tout comme le beurre s'il est emballé correctement.⁵⁴

L'important est de faire confiance à ses sens. Lorsqu'un aliment a une apparence normale, qu'il sent bon et n'a pas un goût bizarre, vous pouvez généralement encore le consommer. D'autres stratégies permettent d'éviter le gaspillage alimentaire: une bonne planification des achats, un stockage adéquat des aliments et une utilisation intelligente des restes. Nous pouvons toutes et tous agir au quotidien contre le gaspillage alimentaire.⁵⁵

Produits avec date de durabilité minimale⁵⁶

+360
jours



chocolat,
bonbons

+30
jours



lait UHT,
beurre,
fromage à pâte
dure

+14
jours



séré, yogourt,
fromage frais,
fromage à pâte
molle

+6
jours



lait pasteurisé

Date limite de consommation

+90
jours



fromage râpé
(congelé)

Tout savoir sur la conservation du lait et des produits laitiers



Le plus souvent, on peut consommer les produits laitiers bien au-delà de ce qui est indiqué sur l'emballage. À quoi voit-on qu'un produit est périmé? Le maître laitier Christian Höhn vous dit tout.

12 000 litres de lait cru par jour

La laiterie Höhn est fière de son assortiment réduit, qui, pendant près d'un siècle, s'est limité au lait et à la crème. «Depuis 15 ans, nous produisons aussi du yogourt, mais nous manquons de place pour le beurre et le fromage», indique Christian Höhn, actuel gérant de l'entreprise familiale, créée il y a quatre générations sur le col de Hirzel, non loin du lac de Zurich.



Le maître laitier Christian Höhn gère l'entreprise familiale créée il y a quatre générations sur le col de Hirzel.

Il faut bien admettre qu'il y a de quoi se sentir à l'étroit. Pourtant, cela n'empêche pas la petite production de transformer quelque 12 000 litres de lait cru par jour, qui finissent ensuite dans les cafés, les cuisines de restaurants, les buffets de petit-déjeuner d'hôtels ou encore dans les rayonnages des magasins de village et supermarchés.

15 secondes pour une meilleure conservation

Christian Höhn se trouve au centre de commande – «à la gare», comme il dit – d'où il gère les différentes étapes depuis un écran tactile. Le cycle de nettoyage vient de se terminer et la production de lait pasteurisé est sur le point de commencer. Ce n'est maintenant plus de l'eau qui coule dans les conduites, mais du lait. À l'instar de la crème, celui-ci est pasteurisé dans un tube qui zigzague au-dessus de nos têtes. Un échangeur de chaleur chauffe le lait cru à 78 °C pendant 15 secondes, ce qui prolonge sa durée de conservation. Sans ce traitement, il ne resterait consommable que quelques jours.

Passer de 10 à 20 jours

À l'issue de la pasteurisation, on refroidit le lait à 2 °C et on le stocke temporairement dans un réservoir avant de l'acheminer vers la machine d'emballage, qui remplit chaque seconde des briques d'un litre. Selon la date limite de consommation, le lait ne peut être conservé que 10 jours, mais Christian Höhn apporte une nuance: «Par précaution, on indique sciemment une durée de conservation plus courte, qui tient compte des éventuelles failles dans la chaîne du froid et du comportement des consommateurs-trices (lait restant trop longtemps sur la table par exemple). Mais s'il est réfrigéré rigoureusement en dessous de 6 °C, le lait pasteurisé peut se conserver jusqu'à 20 jours», précise notre expert. On peut aussi le congeler avant qu'il ne se gâte: «Autrefois, mon père gardait toujours une réserve de lait dans le congélateur de la maison de vacances», raconte Christian Höhn.

Christian Höhn gère la production depuis la «gare».



Une demi-journée pour la fermentation lactique

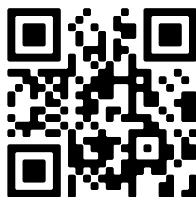
La fabrication de yogourt prend nettement plus de temps, car il faut ajouter des bactéries lactiques au lait pasteurisé. Celles-ci transforment alors une partie du lactose en acide lactique, ce qui favorise la conservation du yogourt: «L'acidité du yogourt permet d'éliminer les bactéries nocives», explique Christian Höhn. Aujourd'hui, son personnel produit 600 kilos de yogourt grec, la dernière création de la laiterie. La date de durabilité minimale, qui garantit une qualité irréprochable, figure sur l'emballage. Contrairement au lait pasteurisé, le yogourt n'est pas considéré comme très périssable et n'est donc pas soumis aux mêmes exigences sanitaires.

Consommer un yogourt jusqu'à un mois après la date

La marge de sécurité est encore plus large pour la date de durabilité minimale que pour la date limite de consommation. Christian Höhn souligne malicieusement qu'il est écrit «à consommer de préférence avant le» et non «toxique à partir du». En règle générale, un yogourt peut être consommé jusqu'à un mois après la date imprimée, parfois même plus longtemps, même si son goût peut s'en trouver légèrement altéré: «Les bactéries lactiques continuent de travailler, c'est pourquoi le goût est de plus en plus acide», explique Christian Höhn. En revanche, si l'on observe des moisissures, c'est poubelle direct! Mais avant d'en arriver là, on peut se préparer vite fait un frozen yogurt. Le yogourt grec de la laiterie Höhn s'y prête d'ailleurs particulièrement bien en raison de sa teneur élevée en matière grasse.



Sources:



158627F

Éditeur:

Producteurs Suisses de Lait PSL

Société coopérative

Santé & saveur

Laubeggstrasse 68

3006 Berne

swissmilk.ch/ecole

Conception et mise en page:

Reflektor, Berne

Berne, mars 2026

Suisse. Naturellement.



Les produits d'impression
certifiés Cradle to Cradle®
produits par Vögel AG.