

COMMUNIQUÉ DE PRESSE
JUILLET 2026

EN JUILLET, COMME UN GOÛT DE VACANCES AVEC LES FRUITS ET LÉGUMES FRAIS

En juillet, les repas se vivent avant tout comme des moments de partage.

Barbecues, pique-niques, déjeuners en terrasse... les fruits et légumes frais s'invitent naturellement à table. Au moment du dessert ou d'une pause, les petits fruits rouges apportent une touche de fraîcheur et de gourmandise. L'occasion de s'intéresser aux perceptions et aux attentes des consommateurs concernant les myrtilles et les framboises.

AGTU'

FRAMBOISES ET MYRILLES : DES FRUITS PLÉBISCITÉS EN PÉRIODE ESTIVALE

La consommation de petits fruits rouges, et notamment des framboises et des myrtilles, ne cesse de progresser en France.

Sur la période d'avril à août, ces fruits sont largement disponibles et consommés par les Français. Selon une étude du CTIFL, plus de 6 acheteurs sur 10 déclarent en consommer régulièrement à cette période, les appréciant notamment pour leur fraîcheur, leur aspect et leur parfum.

Dans ce contexte, 70 % des Français déclarent consommer des framboises.

De leur côté, la production mondiale de myrtilles a plus que doublé en dix ans, atteignant 2,2 millions de tonnes en 2025 (source IBO 2025), tandis que la production française poursuit sa progression.

Et pour une boisson maison facile à préparer, il suffit d'ajouter dans une carafe quelques framboises et myrtilles, des feuilles de menthe et des rondelles de citron.



Étude CTIFL : Les petits fruits rouges - Perception et attentes des consommateurs - Enquête 2025

LE SAVIEZ-VOUS ?

BARBECUE ET PLANCHA : LES FRUITS ET LÉGUMES FRAIS SE PRÉSENTENT AUSSI À LA CUISSON

Avec la saison estivale, le barbecue et la plancha sont des modes de cuisson largement utilisés pour les repas en extérieur. Ils permettent de valoriser une grande variété de fruits et légumes, notamment les légumes du soleil (tomate, aubergine, courgette...).



Parmi eux, le poivron se distingue particulièrement en version grillé ou rôti. Le melon peut également être légèrement grillé, tout comme les pêches. Les brochettes associant fruits et légumes frais offrent des associations originales. Et pourquoi ne pas tester les abricots rôtis au romarin ?

Ces préparations simples permettent de diversifier les usages et de profiter des fruits et légumes frais tout au long de l'été.



LE MOT DE LA DIÉT

Cet été, les fruits et légumes s'invitent même en vacances. Avec les fortes chaleurs, misez sur leur fraîcheur pour vous rafraîchir et vous régaler.

Au barbecue, on oublie la traditionnelle saucisse pour tester des brochettes colorées : courgette, poivron, tomate, aubergine avec un peu d'halloumi par exemple. Pour accompagner, des salades avec des associations fraîches et gourmandes comme pastèque-feta-menthe, tomate-nectarine-burrata ou concombre-melon-citron vert.

Et pour le dessert, les fruits rouges se dégustent simplement à la croque : framboise, groseille, myrtille ou mûre. De quoi régaler ses invités tout l'été, sans routine.



Malory Burgevin, Diététicienne



CONSO : EN CE MOMENT SUR VOS ÉTALS

CÔTÉ LÉGUMES

En juillet, les légumes d'été remplissent les étals ! La **tomate** est la star de la période, avec une grande diversité de formes, de couleurs et de saveurs. Elle se déguste aussi bien crue que cuite.

C'est aussi le moment de profiter des **aubergines**, des **courgettes** et des **poivrons**. Ces incontournables de l'été sont parfaits pour préparer une ratatouille, mais aussi pour être grillés au barbecue.

Les **haricots verts** sont également disponibles et se dégustent aussi bien chauds qu'en **salade**.

Enfin, les **herbes aromatiques** apportent une touche de fraîcheur et de parfum à toutes vos recettes estivales.



CÔTÉ FRUITS

Les **abricots** sont encore bien présents avec l'arrivée des variétés tardives, caractérisées par de bons niveaux de sucre. C'est d'ailleurs le mois où ils sont le plus commercialisés : 40 % des volumes annuels y sont commercialisés.

Les **pêches**, les **nectarines** et les **prunes** prennent aussi leur place sur les étals, tandis que les **petits fruits rouges** (**framboises**, **myrtilles**, **mûres**, **groseilles**...) complètent cette offre. Ils se dégustent tels quels, en dessert ou dans une salade de fruits.

Le **melon** est toujours bien présent et juillet représente plus de 30 % des volumes annuels commercialisés, avec une bonne qualité gustative. Associé à la **pastèque**, il répond aux attentes des consommateurs en période de fortes chaleurs.

AUX FOURNEAUX



SALADE

NECTARINE, COURGETTE ET TOMATE

À retrouver sur le [site](#)



SALADE DE QUINOA

MELON, COURGETTE ET MENTHE

À retrouver sur le [site](#)



SAUTÉ DE VOLAILLE

AU POIVRON ET OLIVES

À retrouver sur le [site](#)

Chaque semaine, jamaistropaconome.fr publie la liste des fruits et légumes frais du moment, accompagnée d'un menu conçu par des spécialistes pour mettre en avant les meilleurs produits disponibles aux meilleurs prix. Des recettes, validées par les chefs et diététicien(e)s d'Interfel, sont également à retrouver sur les réseaux sociaux des fruits et légumes frais ([Instagram](#) et [Facebook](#)) ainsi que sur le site lesfruitsetlegumesfrais.com.

[S'inscrire à la médiathèque](#)

À PROPOS

Créée en 1976, Interfel rassemble l'ensemble des métiers de la filière fruits et légumes frais. Toutes les fonctions sont représentées : production, coopération, expédition, importation, exportation, commerce de gros, distribution (grandes surfaces, commerces spécialisés et restauration collective). Organisme de droit et d'initiative privés, Interfel est reconnue association interprofessionnelle nationale agricole par le droit rural français, ainsi que par l'Union européenne depuis le 21 novembre 1996 dans le cadre de l'Organisation commune de marché (OCM) unique.

www.interfel.com / www.lesfruitsetlegumesfrais.com

CONTACTS

Thomas Marko & Associés

Victoire Chatel - victoire.c@markoagency.com
06 45 65 81 00

Margaux Le Foll - margaux.l@markoagency.com
06 72 02 53 65

Interfel

Victoire Genest - vgenest@interfel.com
06 15 52 15 08

Elina Kadem - e.kadem@interfel.com
06 58 63 22 86