

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

MEDIET4ALL Work Package 2 – Rapport d’avancement

56 recettes traditionnelles méditerranéennes modernisées avec succès

Valence, Espagne — 4 décembre 2025

Le projet européen **MEDIET4ALL** annonce des progrès majeurs dans sa mission de revitaliser le régime méditerranéen (RM) pour les consommateurs du XXI^e siècle. Dirigé par l’Université de Valence (UV), le **Work Package 2 (WP2)** a atteint une étape cruciale avec la **reformulation scientifique de 56 recettes traditionnelles méditerranéennes (RTM)** en versions modernisées, plus saines et plus durables (RMM).

Un régime méditerranéen adapté au futur

Bien que reconnu par l’UNESCO comme patrimoine culturel immatériel de l’humanité et largement célébré pour ses bienfaits sur la santé, le régime méditerranéen traditionnel est de plus en plus délaissé par les jeunes générations. Le WP2 répond à ce défi en modernisant des plats emblématiques tout en préservant leur identité culturelle.

« Notre objectif est de rapprocher le régime méditerranéen des consommateurs d’aujourd’hui en améliorant la qualité nutritionnelle, en réduisant les allergènes et en renforçant la durabilité, sans perdre l’authenticité », déclare **Dr Amparo Gamero**, Professeur Associé à l’Université de Valence et Coordinatrice du WP2.

Innovation scientifique et tradition culinaire

Le WP2 réunit des experts en **technologie alimentaire, nutrition, protéomique, gastronomie, recherche sur les antioxydants et sciences culinaires** venant d’Espagne, d’Italie, d’Algérie, du Maroc, de France et d’Allemagne. L’équipe pluridisciplinaire a déjà accompli :

- La **reformulation de 56 recettes traditionnelles** utilisant une cuisson douce, des ingrédients fermentés et valorisés, et une réduction du sel et du sucre.
- Le **développement de nouveaux ingrédients valorisés** à partir de produits locaux siciliens.
- La **lyophilisation et préparation de toutes les recettes modernisées** pour des analyses approfondies.
- Des **études protéomiques sur l’allergénicité** et le développement de **deux outils basés sur l’IA** pour évaluer la réduction des allergènes.

- Le **profilage complet de la capacité antioxydante et des polyphénols** de toutes les recettes.
- Des **résultats scientifiques** comprenant des manuscrits en cours de révision, des chapitres de livres en presse et des présentations lors d'événements internationaux.

Ces réalisations positionnent MEDIET4ALL comme un projet pionnier dans l'utilisation de la science alimentaire pour préserver le patrimoine culturel tout en répondant aux besoins alimentaires contemporains.

Surmonter les défis grâce à la collaboration

La coordination d'un flux de travail complexe et séquentiel — de la reformulation culinaire à la lyophilisation puis à l'analyse en laboratoire — a été un défi central pour le WP2. Une **communication solide, des protocoles partagés et une standardisation méthodologique** entre les partenaires ont permis d'assurer efficacité et qualité des données comparables.

« La collaboration entre partenaires a été exceptionnelle », ajoute le Dr Gamero. « La diversité des expertises — de la protéomique aux arts culinaires — a créé de véritables synergies scientifiques. »

Impact attendu : habitudes plus saines, meilleure sensibilisation et choix durables

Les recettes modernisées développées au sein du WP2 visent à :

- **Améliorer l'adhésion au régime méditerranéen** chez les jeunes consommateurs.
- **Accroître la sensibilisation** à la valeur nutritionnelle et culturelle des aliments méditerranéens.
- **Encourager des habitudes alimentaires plus saines** grâce à une réduction du sel, du sucre et des allergènes.
- **Promouvoir la durabilité** par l'utilisation d'ingrédients locaux, de saison et valorisés.
- **Renforcer le transfert de connaissances**, notamment via un atelier éducatif au Mediterranean Culinary Center en décembre 2025.

Prochaines étapes pour le WP2

Dans les prochains mois, le WP2 se concentrera sur :

- La **finalisation de toutes les analyses antioxydantes et polyphénoliques**.
- La **réalisation d'un atelier culinaire et sensoriel** avec des étudiants au Mediterranean Culinary Center (décembre 2025).
- L'**avancement des manuscrits et publications scientifiques**.
- Le **lancement d'activités d'analyses sensorielles** lors d'un séjour de recherche à Dijon (France).

- Le **développement de nouveaux ingrédients valorisés** et la réalisation d'études d'allergénicité in vitro et in vivo.
- La **poursuite de la diffusion** lors de congrès internationaux et d'événements grand public.

À propos de MEDIET4ALL

MEDIET4ALL est une initiative européenne dédiée à **moderniser, promouvoir et revitaliser le régime méditerranéen** grâce à l'innovation scientifique, l'expertise culinaire et la collaboration interculturelle. Le projet rassemble des partenaires de toute la région méditerranéenne pour développer des **solutions alimentaires plus saines, durables et culturellement significatives** pour les consommateurs modernes.

Contact Presse :

Kevin Andre

Chargé de communication, MEDIET4ALL

Email : kevin.andre@vitagora.com

Site web : www.mediet4all.eu