

# Fromage maigre ou fromage gras?



La classification des fromages se fait en fonction de leur pourcentage en matière grasse sur l'extrait sec, %MG/ES (soit la teneur en graisse du fromage sans son eau)

## Fromages allégés

% de MG/ES



maigres 0-15%



¼ gras 15-25%



½ gras 25-35%

### Exemple

- Blanc battu
- Séré maigre
- Cottage cheese
- Sérac
- Mozzarella light
- St-Môret Ligne et Plaisir
- Allégé de la Venoge
- Camembert mi-gras
- Tilsit léger

## Fromages gras, au lait entier



45-55 %MG/ES

### Exemple

- Tartare Ligne et Délice
- Gruyère
- Ricotta
- Sbrinz
- Mozzarella
- Tête de Moine
- Fromages fondus
- Vacherin fribourgeois
- Tomme
- Emmenthal
- Camembert
- Reblochon
- Tilsit
- Appenzeller
- Feta
- Brie
- Chaumes
- Gouda
- St-Paulin
- Raclette
- St-Albray

## Fromages crème ou double-crème



> 55 %MG/ES

### Exemple

- Séré à la crème
- Mascarpone
- Boursault
- Brie à la crème
- Boursin
- Caprice des Dieux
- Cantadou
- Chamois d'Or
- Gala
- Pavé d'Affinois
- Kiri
- Bûche de chèvre
- Philadelphia
- Vacherin Mont d'Or
- St-Môret
- Gorgonzola
- Tartare
- Roquefort
- Kidiboo

## Fromages ¾ gras



35-45% MG/ES

### Exemple

- Edam
- Fontal
- Grana Padano
- Parmesan
- Cantadou light

Cette liste n'est pas exhaustive, pour plus de renseignements, consultez les étiquettes des fromages