

### L'alimentation en Belgique

L'alimentation est essentielle à la survie. Celle-ci diffère d'un continent à un autre, d'un pays à un autre, dépendamment des ressources, monétaires et agricoles entre autres, disponibles pour ses habitants. Les Belges sont parfois qualifiés de vrais connaisseurs de la gastronomie. Alors, questionnons-nous sur leurs habitudes alimentaires. Tout d'abord, nous apprendrons plus sur la situation géographique et économique de la Belgique, et ensuite, l'alimentation de base de ses habitants.

Premièrement, la Belgique est un petit pays situé dans l'Europe de l'Ouest. Elle possède une côte maritime ouvrant sur la Mer du Nord et est entourée par la France, l'Allemagne, les Pays-Bas et le Luxembourg. Elle compte près de 10.5 millions d'habitants<sup>1</sup> qui se répandent sur trois régions : flamande, wallonne et bruxelloise. La Belgique est dirigée par une monarchie parlementaire, c'est-à-dire qu'elle possède un roi (Albert II) ainsi qu'un premier ministre élu par la population. À cause de sa petite superficie ainsi qu'à son emplacement dans le centre de l'Europe, elle possède une économie fortement axée sur l'industrialisation et l'exportation. Ses principales exportations alimentaires sont les œufs, les produits laitiers, le chocolat, la bière, la nourriture préparée et la charcuterie, alors que ses principales importations alimentaires sont les céréales, le pain, les bananes et d'autres fruits. Son PIB en 2007 était de 376 milliards de dollars<sup>1</sup>.

Deuxièmement, le régime alimentaire pour une semaine d'un Belge comprend les quatre groupes alimentaires. En effet, à cause d'un grand élevage de bovins, les habitants consomment une grande quantité de charcuterie, mais aussi de volailles et d'œufs. Pour ce qui est des fruits et des légumes, ils en consomment très peu, à part les pommes de

terre qu'ils mangent en généreuses quantités. Aussi, les produits laitiers, notamment les fromages et les yaourts, constituent une partie importante de leur régime alimentaire. En effet, il existe près de 800 types de fromages en Belgique. En ce qui concerne les produits céréaliers, les Belges mangent beaucoup de céréales, de pain et de pâtisseries. On note aussi chez eux une forte consommation de boissons alcoolisées, telles que les vins et les bières, et non alcoolisées, telles que les boissons gazeuses et l'eau. De surcroît, les Belges mangent très souvent dans des restaurants, au moins une fois par semaine, ainsi que des plats préparés, au moins trois fois par semaine, car comme la majorité des habitants des pays industrialisés, ils ne trouvent pas le temps de cuisiner. Enfin, l'alimentation accapare 12 % du budget des Belges<sup>3</sup>.

Pour conclure, l'alimentation de base des Belges est surtout basée sur leurs produits locaux tels que la bière, les fromages, la viande, etc., ce qui les rend quasi autosuffisants et qui explique le faible pourcentage du budget consacré à l'alimentation. Cependant, les Belges restent traditionnels en matière d'alimentation, et souvent, rejettent la gastronomie étrangère. S'ils s'ouvraient plus, cela leur permettrait d'intégrer une plus grande variété de produits exotiques dans leur régime alimentaire.

492 mots