




Protéines végétales d'ici

Développer les protéines
végétales québécoises
grâce à l'approche
par filière 

RAPPORT FINAL

Équiterre



cgq CONCERTATION
GRAINS
QUÉBEC

Contributions

RÉDACTION

Adeline Cohen, Chargée de projet, agriculture durable - Équiterre

RÉVISION

Lyne Royer, Chargée de projet, Approvisionnement alimentaire durable - Équiterre

Marlène Thiboutot, Coordinatrice - Concertation Grains Québec

Alizée Cauchon, directrice adjointe - Équiterre

Véronique Boyer, Conseillère, alimentation durable - Équiterre

COMITÉ DE SUIVI

Alex Trusewicz - NovaQuinoa

Charles-Antoine Légaré - MAPAQ

Charlie-Anne Normand - CHU de Ste-Justine

Claudine Dessureault - Club des petits déjeuners

Daniel Dubé - La ferme du Pré Rieur

Guillaume Camirand - Coop Agrobio

Josée Lavoie - CHU de Ste-Justine

Julie Anne Wilkinson - CÉTAB+

Philippe Grand - AQCPE

Pierre Marc Brodeur - Haribec

Annick Van Campenhout - Conseil de la transformation alimentaire du Québec

SOUTIEN FINANCIER

Le projet Protéines végétales d'ici est financé par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation dans le cadre du Programme de développement territorial et sectoriel 2023-2026, et réalisé en collaboration avec Concertation Grains Québec.

Table des matières

Contexte et objectifs	4
Déroulement du projet	5
Faits saillants et résultats significatifs	6
Freins et leviers à l'utilisation des protéines végétales par les institutions	7
Qualification de la demande institutionnelle	11
Approvisionnement auprès des distributeurs	16
Freins et leviers pour la production et transformation	20
Cartographie et répertoire des acteurs des filières	25
Applications possibles et actions prioritaires pour le développement de filière en circuit court	26
Annexe	27
Références	34

Contexte et objectifs

Le projet de développement des filières de protéines végétales québécoises, communément appelé « Protéines végétales d'ici », a impliqué en 2025 près de 35 acteurs et actrices des filières de protéines végétales et autour de 45 institutions des secteurs de la santé, de l'éducation et de la petite enfance. Le travail s'est axé principalement sur le haricot, le pois jaune, la gourgane, le quinoa et le soya IP, avec les objectifs suivants:



Augmenter la demande de haricot sec, pois jaune et autres légumineuses du Québec dans les services alimentaires des institutions québécoises (santé, éducation et petite enfance);



Soutenir le développement d'une offre de production, de transformation et de distribution de haricots secs, pois jaunes et autres légumineuses au Québec;



Sensibiliser les producteurs, transformateurs et institutions publiques aux bénéfices des protéines végétales produites au Québec afin d'accroître la production et la consommation des haricots secs, pois jaunes et autres légumineuses du Québec;



Identifier les freins, leviers et actions prioritaires pour la production et l'approvisionnement des protéines végétales dans une optique de circuit court;



Mettre en commun les meilleures pratiques et créer des opportunités de formation et d'échanges afin d'accélérer le développement des filières ciblées;

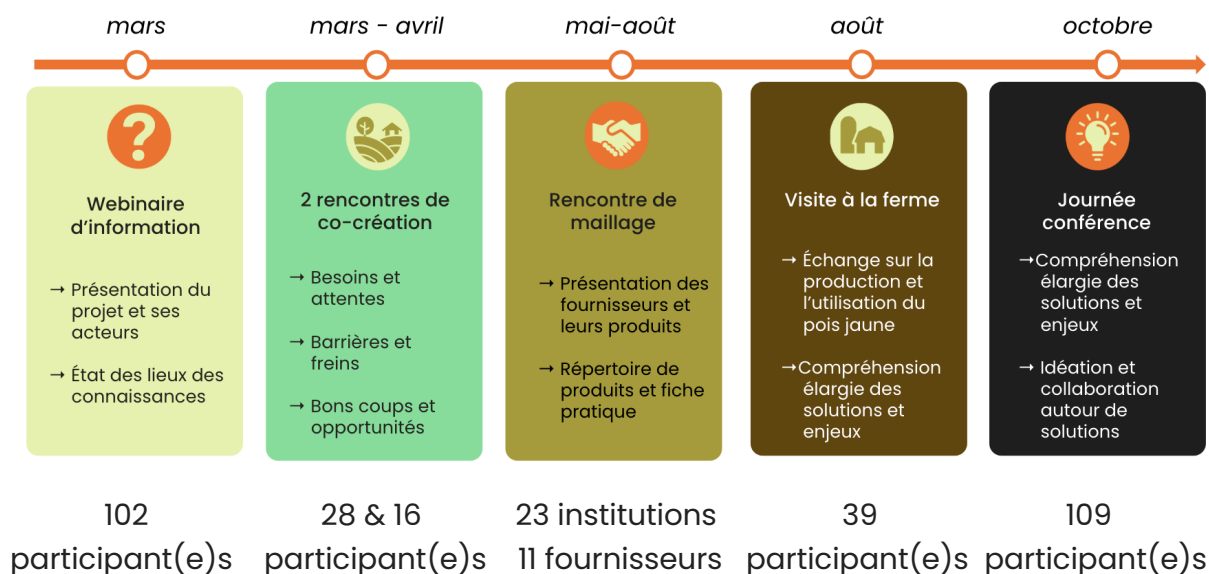


Faciliter la création d'ententes d'approvisionnement entre les différents acteurs.

À noter : le terme « institution » est utilisé dans ce rapport pour décrire toutes les institutions, les entreprises de gestion de services alimentaires et les OBNL en alimentation qui oeuvrent dans le milieu de la petite enfance, de l'éducation et de la santé. Ces services peuvent être publics, privés ou communautaires.

Déroulement du projet

Le projet a pris place de mars à octobre 2025. Une série d'évènements d'échange et de maillage ont permis à plus de 35 acteurs de filières de rencontrer une trentaine d'Institutions au cours du projet. Les évènements plus exploratoires au début ont permis de définir des thèmes de discussion des rencontres suivantes pour culminer avec une journée conférence réunissant 109 invités.



Crédits photo:
Équiterre

Crédit photo:
Myriam
Baril-Tessier



Faits saillants et résultats significatifs

Après un peu moins d'un an de mise en œuvre, le projet a permis d'établir les fondations nécessaires au développement d'initiatives coordonnées répondant aux besoins des services alimentaires institutionnels. À l'issue des six activités de concertation et de maillage tenues au cours de l'année, les acteur(rice)s disposent désormais d'une meilleure compréhension mutuelle, ainsi que d'une vision plus claire des défis et des opportunités. Ces travaux ont conduit à l'émergence d'engagements collectifs initiaux, formulés lors de la journée-conférence *Les protéines végétales d'ici au menu des services alimentaires*.

Parmi les légumineuses, grains et produits transformés analysés, un intérêt marqué a été observé pour le haricot, la protéine végétale texturée (PVT) de soja, le pois jaune et le quinoa. La gourgane, pour sa part, suscite un intérêt davantage régionalisé, concentré autour du Lac-Saint-Jean et des zones avoisinantes.

Durant le projet, plusieurs produits ont été intégrés au référencement des principaux distributeurs institutionnels, tandis que d'autres acteurs explorent des avenues de vente directe, notamment auprès d'institutions présentant une marge de flexibilité plus élevée dans leurs processus d'approvisionnement. Une liste des produits et de leurs canaux de distribution a été consolidée au sein d'un [répertoire des fournisseurs](#), élaboré à l'été 2025.

Les consultations révèlent un intérêt soutenu pour des formes peu transformées de protéines végétales (grains entiers, farines, PVT ou produits fermentés). Toutefois, les usages demeurent imparfaitement maîtrisés : si certaines recettes circulent, il subsiste un besoin de formulations éprouvées et adaptées aux préférences des usager(ère)s. L'adoption à grande échelle nécessitera également des ajustements opérationnels en cuisine, de même qu'une amélioration de l'offre des distributeurs, qui accordent encore une place limitée aux produits locaux. Malgré la motivation significative des institutions participantes, l'adoption des protéines végétales locales à grande échelle repose sur une montée en compétence des services alimentaires et une familiarisation progressive des usager(ère)s avec ces produits.

Freins et leviers à l'utilisation des protéines végétales par les institutions

L'UTILISATION DE PROTÉINES VÉGÉTALES PAR LES INSTITUTIONS

Les services alimentaires institutionnels constituent un levier majeur pour sensibiliser le grand public sur l'alimentation durable et de nombreux acteur(-trice)s de toute la chaîne d'approvisionnement contribuent déjà activement à ce mouvement. Un des défis les plus mentionnés lors du projet est celui de l'acceptabilité sociale des protéines végétales. En effet, les repas sans viande ont encore mauvaise réputation auprès de plusieurs clientèles.

Les rencontres entre acteur(-trice)s ont permis de partager les meilleures pratiques pour satisfaire les usagers, résumés comme suit.

Recettes moitié-moitié

Ces recettes combinent des protéines animales et végétales au sein de plats connus du public comme le chilli, la sauce bolognaise et les soupes. Le haricot ou la PVT sont utilisés pour ces recettes qui sont généralement bien perçues par les usagers et permettent de conserver une certaine familiarité dans les recettes. Ce sont les recettes ayant le plus de succès selon les participant(e)s. La PVT de soya, en particulier, est utilisée dans toutes les recettes qui demandent de la viande hachée: sauce marinara, galette de viande, pizza, chilli, pain de viande.

Recettes utilisant traditionnellement les protéines végétales

Certaines institutions ont mentionné avoir de l'intérêt pour laourgane et pois jaune dans des recettes traditionnelles de soupe (soupe au pois, soupe à laourgane, minestrone). Ces recettes rencontrent un certain succès selon les régions. Le haricot est utilisé dans des recettes de burrito et dans les salades. Le quinoa est utilisé en remplacement pour diversifier les féculents, simplement cuits comme du riz ou des pâtes, dans les soupes et les boulettes "végé" ou sous forme de gruaux.

Recettes innovantes

En plus des plats traditionnels, certaines institutions testent des recettes plus innovantes mettant en vedette les protéines végétales québécoises. Parmi les recettes testées on compte : le hummus de pois jaune, des galettes à partir de gourganes séchées et concassées, des pâtes patisières intégrant de la farine de pois jaune, des pâtisseries (muffins ou brownies) aux haricots rouges ou noirs, du quinoa dans un mélange de granolas ou dans des « poké bowl ».

Enjeux rencontrés

— MANQUE DE CONNAISSANCE

Un premier enjeu est le manque de connaissance des produits par les institutions, en particulier concernant le pois jaune, la farine de pois jaune, ou la gougane. Aussi, peu de personnes savent que le quinoa est cultivé au Québec.

— BESOIN DE RECETTES ET D'ACCOMPAGNEMENT

Les institutions participantes citent un manque de recettes et un manque de temps pour les développer. Un accompagnement pour tester de nouvelles recettes est indispensable pour les institutions.

— CHANGEMENT D'HABITUDES

Le changement d'habitudes de préparation est un défi pour certaines institutions. Le trempage des légumineuses sèches ou l'utilisation du pois entier au lieu du pois cassé peuvent être difficiles à intégrer dans les routines. Toutefois, la visite de la cuisine du CHU Sainte-Justine ayant pour thème la préparation du haricot sec, a suscité beaucoup d'intérêt lors de la journée conférence du 29 octobre.

— MANQUE DE TEMPS

Certaines institutions peuvent manquer de temps pour explorer de nouveaux produits et participer à des événements de maillage. « *C'est vraiment selon la volonté de l'institution de libérer du temps pour leurs employé(e)s* ».

Besoins et suggestions pour augmenter la consommation de protéines végétales québécoises

+ ÉDUCATION & SENSIBILISATION

Tout d'abord, les institutions demandent à mieux connaître les légumineuses québécoises, notamment leurs propriétés organoleptiques, le mode de préparation et la cuisson qui valorisent le goût et la texture des produits. C'est l'objectif de la [fiche pratique](#) incluse dans le répertoire des fournisseurs développé dans le cadre du projet.

Aussi, les bons coups doivent être diffusés largement, notamment il a été mentionné à plusieurs reprises l'importance du nom des plats, qui doivent éviter de faire référence au végétarisme pour être plus inclusifs.

Enfin, la réduction des matières résiduelles est un atout à valoriser pour les grains secs. Plusieurs mentionnent qu'il y a moins de gaspillage alimentaire avec le haricot sec.

+ DÉVELOPPEMENT DE RECETTES

Les institutions manquent de temps pour développer des recettes, expliquant un besoin d'accompagnement extérieur. L'ITHQ et l'Observatoire de l'INAF sont deux organismes accompagnateurs qui peuvent soutenir ce développement.

+ DIFFUSION DE RECETTES

Il s'agit ensuite de mieux diffuser les recettes ayant du succès en institution. Ce travail a été amorcé grâce à la diffusion de livre de [Recettes végétariennes pour des institutions plus durables](#) par le CHU Sainte-Justine et le [Guide des menus durables](#) par Nourrir la santé. La diffusion de recette mériterait d'être développée, notamment en favorisant la participation à des [formations sur la végétalisation des menus de l'ITHQ](#) et le partage de recettes à succès.

+ DÉVELOPPER LA TRANSFORMATION

Enfin, il y a un intérêt à explorer les produits légèrement transformés comme des farines de pois jaune ou de gourgane pour être intégré dans des pâtisseries ou dans les houmous. Au cours des discussions, les institutions ont montré de l'intérêt pour la protéine végétale texturée (PVT) de soya et de pois jaune et les épaississants à base de pois jaune, qui peuvent être intégrés dans des crèmes pâtisseries et les soupes. Le tofu est déjà largement utilisé en institution, tandis que le tempeh et le seitan sont utilisés occasionnellement. Il existe des seitan intégrant des légumineuses dans leur préparation.



Crédits photo: Myriam Baril-Tessier

Qualification de la demande institutionnelle

MARCHÉ POTENTIEL THÉORIQUE

Afin d'évaluer le potentiel d'achat de légumineuses québécoises par les institutions, une première analyse a examiné de façon théorique la quantité susceptible d'être acquise si les menus institutionnels de trois secteurs (santé, éducation et petite enfance) augmentaient la proportion de protéines végétales conformément aux recommandations du Guide alimentaire canadien, tout en s'approvisionnant exclusivement en légumineuses produites au Québec. Cette estimation propose un scénario volontairement optimiste, présumant que l'ensemble des obstacles à la végétalisation des menus et à l'approvisionnement en circuits courts aurait été levé. Bien qu'un tel scénario demeure peu plausible à court terme, il permet néanmoins de mieux circonscrire l'ampleur de la cible à atteindre pour les acteur(ric)e(s) concerné(e)s.

Méthodologie

La modélisation a été réalisée par Béatrice Dagenais, Dt.P., et la démarche méthodologique a été validée par Malek Batal, professeur en nutrition internationale à l'Université de Montréal.

La première étape a consisté à examiner les recommandations nutritionnelles du Guide alimentaire canadien ainsi que celles du cadre de référence Gazelle et Potiron destiné aux services de garde éducatifs à l'enfance.

Parallèlement, une analyse des menus propres à chaque secteur institutionnel a permis d'identifier les portions moyennes de légumineuses entières et transformées. Au total, 4 menus du secteur de la petite enfance, 4 du secteur de l'éducation et 3 du secteur de la santé ont été étudiés. Ces menus proviennent de plusieurs régions du Québec afin de tenir compte de possibles variations régionales des habitudes alimentaires.

À partir de ces analyses, des menus types ont été élaborés pour les CPE, les établissements scolaires et ceux du réseau de la santé, en veillant à refléter les pratiques réelles des services alimentaires, notamment le nombre annuel de menus et la taille des portions.

Des substitutions ont ensuite été intégrées pour, 1) remplacer les protéines végétales non cultivées au Québec (comme le pois chiche) par des protéines végétales disponibles sur le marché québécois et 2) accroître la part de protéines végétales conformément aux recommandations nutritionnelles retenues. Ces choix ont été réalisés dans une optique de réalisme et de cohérence avec les ingrédients habituellement utilisés dans ces menus.



Une fois les menus finalisés, le volume de légumineuses requis a été quantifié selon les portions définies et le nombre estimé de mangeur(euse)s dans chaque secteur institutionnel.

Certaines limites demeurent. Les outils de recommandations nutritionnelles ne précisent pas la nature exacte des protéines végétales à intégrer aux menus. Les menus analysés reposent sur un échantillon restreint d'institutions, et l'estimation du nombre de mangeur(euse)s dans le réseau de la santé n'a pas été validée.

Résultats de la modélisation

Dans les secteurs scolaire et de la santé, les scénarios de substitution entraînaient des volumes estimés plus élevés que ceux observés dans les scénarios actuels. En revanche, dans le secteur de la petite enfance, la proportion de protéines végétales dans les menus types dépassait parfois les recommandations du Guide alimentaire. Pour cette raison, un scénario optimal a été élaboré en s'appuyant sur les valeurs issues des scénarios maximaux.

Le tableau suivant indique les résultats de la modélisation, et offre la valeur moyenne de la production québécoises pour le pois jaune et le haricot, pour référence.

Marché institutionnel théorique pour les légumineuses québécoises

	Menu type actuel	Substitutions locales	Substitutions végétales	Scénario optimal	Production québécoise*
Pois jaune	-	438 T	1 462 T	1 519 T	4 946 T
Haricot	1 670 T	1 030 T	1 288 T	3 192 T	6 221 T
Gourgane	-	220 T	1 162 T	1 229 T	n.d.

* moyenne annuelle de production entre 2019-2024, n.d. = non disponible. Source: Statistique Canada.

POTENTIEL D'ACHAT PAR TYPE DE PRODUIT

Lors de la présentation des résultats précédents aux producteurs, transformateurs et représentant(e)s institutionnel(le)s, plusieurs ont souligné la nécessité d'éviter des projections trop optimistes. L'exemple du chanvre québécois a notamment été évoqué pour illustrer les risques financiers auxquels s'exposent les producteurs lorsqu'ils fondent leurs décisions d'investissement sur des estimations insuffisamment prudentes. Il a donc été recommandé de poursuivre l'acquisition de données et d'affiner l'analyse.

Aussi, les producteurs et transformateurs ont exprimé un besoin récurrent : celui de mieux cerner la demande et, en particulier, identifier les types de protéines végétales les plus recherchées. Du côté des institutions, le manque de familiarité avec les produits et leurs usages a limité la capacité à formuler des intentions d'achat précises.

L'équipe a ainsi choisi, dans un premier temps, d'évaluer qualitativement l'intérêt des représentant(e)s institutionnel pour différents formats de protéines végétales selon le type de grain. Cette analyse a été réalisée suite à l'atelier tenu pendant la journée-conférence, en présence d'environ 80 participant(e)s.

Les résultats synthétiques sont regroupés dans les tableaux ci-dessous, tandis que les notes détaillées figurent en [annexe](#). Pour une interprétation adéquate, il faut comparer les résultats à l'intérieur d'une même catégorie de grain, et non entre catégories, puisque le nombre total de participant(e)s varie selon les grains analysés.

Vote d'intérêt pour différents formats de protéines végétales québécoises

Légende des couleurs : secteur Santé - éducation - CPE - Fournisseur - Écosystème

Haricot sec

Format	Contexte QC	Votes d'intérêt
Haricot en conserve	Usine au QC Pas de traçabilité des grains locaux pour le moment.	★★★
Haricots secs	Disponible à travers les principaux distributeurs ou en vente directe.	★★★★★★★ ★★
Haricots précuits et emballés sous vide	Non disponible au QC. Possible si la demande est suffisante.	★
Haricots précuits et congelés	Non disponible au QC. Possible si la demande est suffisante.	★

Pois jaune

Format	Contexte QC	Votes d'intérêt
Pois jaune entier	Plusieurs fournisseurs québécois, vente directe et via quelques distributeurs	★★★ ★★ ★
Pois cassé jaune	Non disponible au QC. Possible si la demande est suffisante	
Farine de pois jaune	Plusieurs fournisseurs québécois, vente directe et via quelques distributeurs	★★★ ★ ★ ★ ★
Produits transformés à base de pois jaune (épaississant, burger, houmous)	Non disponible au QC. Possible si la demande est suffisante	★★★ ★★
PVT de pois jaune	Non disponible au QC, Possible si la demande est suffisante	★★★★★★★ ★★ ★★★ ★★

Quinoa

Format	Contexte QC	Votes d'intérêt
Quinoa entier	Un fournisseur québécois, disponible chez les distributeurs	★★★★★★★★★★ ★★ ★★
Farine de quinoa	Un fournisseur québécois, vente directe	★ ★
Flocons de quinoa	Un fournisseur québécois, vente directe	★★★ ★★
Quinoa soufflé	Non disponible mais en cours de développement pour un fournisseur québécois	★★★★★★★ ★

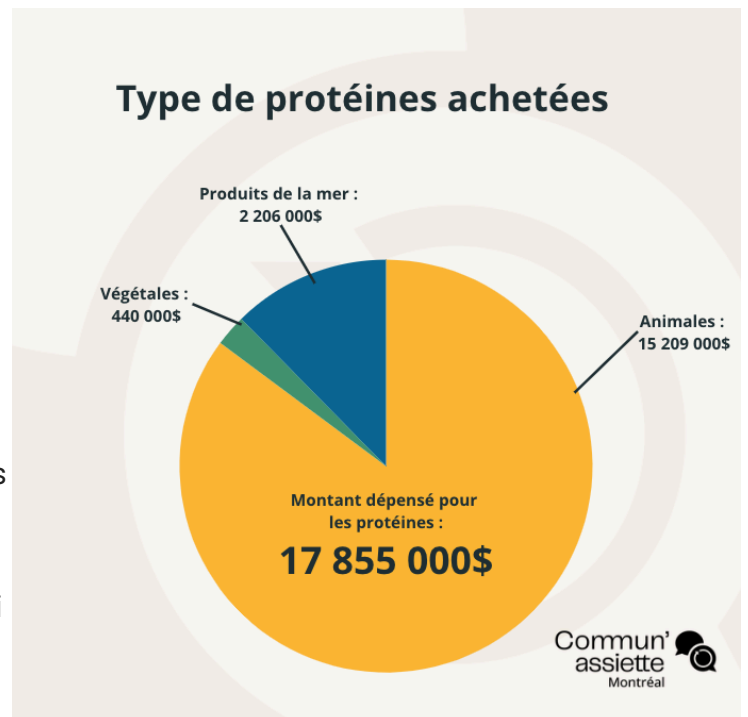
Gourgane et PVT de soja

Format	Contexte QC	Votes d'intérêt
Gourgane brune entière	Plusieurs fournisseurs québécois, vente directe	
Farine de gourgane	Plusieurs fournisseurs québécois, vente directe	★★★★
Gourgane fraîche congelée	Un fournisseur québécois, vente directe	★
Gourgane sans membrane	Non disponibles au QC, Possible si la demande est suffisante	★★★★
Produits transformés à base de gourgane	Non disponibles au QC, Possible si la demande est suffisante	★ ★

Approvisionnement auprès des distributeurs

D'après le dernier bilan de la SNAAQ, présenté en octobre 2025, la majorité des achats institutionnels de protéines végétales provient de sources locales. En effet 68% de ces achats sont classés comme produits ou transformés au Québec, notamment grâce à la disponibilité accrue de tofu et de haricots en conserve transformés localement.

Malgré ce bilan encourageant, la part des protéines végétales dans l'ensemble des achats de protéines du secteur institutionnel demeure marginale. Selon la quantification réalisée en 2025 pour les achats locaux des institutions membres de [Commun'assiette](#) – un regroupement d'institutions pionnières en approvisionnement local et durable, cumulant 77 millions \$ d'achats annuels – les protéines végétales ne représentent que 2,5 % de la valeur totale des achats de protéines. Même si ces protéines sont généralement moins coûteuses que les protéines animales, on peut convenir que leur poids économique reste relativement limité.



Concrètement, à l'exception du tofu, l'offre de protéines végétales cultivées et transformées au Québec demeure restreinte dans les mécanismes d'approvisionnement usuels du secteur institutionnel public. Les haricots en conserve, le tofu, le quinoa et la PVT de soya figurent aux contrats d'épicerie encadrés par le Centre d'acquisitions gouvernementales (CAG), tandis que les haricots secs, le pois jaune et la gourgane n'y sont pas intégrés.

Dans les services alimentaires non assujettis au cadre réglementaire de l'approvisionnement institutionnel public – par exemple les services privés ou communautaires actifs en CPE ou dans le milieu de l'éducation – les protéines végétales québécoises sont accessibles, mais demeurent rarement mises de

l'avant par les distributeurs, faute d'une demande concertée. Elles sont souvent offertes uniquement sur commande spéciale. Quelques institutions se procurent directement leurs produits auprès de producteur(rice)s, mais les volumes achetés restent pour l'instant négligeables.

APPROVISIONNEMENT À TRAVERS LES DISTRIBUTEURS

dans le cadre du projet incluent, pour le secteur de la santé, Colabor, GFS (Services alimentaires Gordon) et Sysco. Du côté des CPE, les organisations consultées citent principalement Dubé Loiselle, Mayrand Entrepôt alimentaire et la Coop Williams. À cela s'ajoutent des distributeurs alternatifs spécialisés en approvisionnement local, tels que L'Aube pôle nourricier, Le Hub – une initiative du CIBIM – ainsi qu'Arrivage, une plateforme facilitant les liens directs entre producteur(rice)s et professionnel(le)s de l'alimentation au sein de circuits courts.



LE SAVIEZ-VOUS?

Les institutions disposent de différentes avenues d'approvisionnement selon le milieu servi. Dans le secteur de la petite enfance, les CPE ont une liberté d'achat que les autres institutions n'ont pas. Il n'y a aucun contrat d'approvisionnement obligatoire.

L'approvisionnement des institutions de santé est le plus normé. Le Centre d'acquisition gouvernemental (CAG) réalise des appels d'offres permettant aux institutions d'accéder à des prix avantageux, par le fait du regroupement de leurs achats. Tous les achats groupés qui se trouvent au-dessus du seuil (133 800 \$) doivent se faire à travers l'entreprise ayant gagné l'appel d'offres.

Défis d'approvisionnement rencontrés

— MANQUE D'ACCÈS

Les protéines végétales québécoises - en particulier les produits de pois jaune, de gourgane, de quinoa, ou la PVT de soya et les produits transformés - sont encore peu accessibles auprès des grands distributeurs. Bien que leur accessibilité se soit améliorées au cours du projet, elle demeurent rarement mises de l'avant par les distributeurs, faute d'une demande concertée.

— BUDGET RESTREINT

Les coupures budgétaires réduisent les opportunités. Les institutions ont besoin d'un soutien financier pour favoriser l'approvisionnement local.

— DÉFI DE SIGNALISATION

Il a été signalé un manque de traçabilité des produits québécois chez certains grands distributeurs. Le défi persiste pour trouver les produits québécois.

— MANQUE DE VISIBILITÉ DES PRODUITS LOCAUX

Beaucoup d'articles sont disponibles auprès des distributeurs, alors il peut être difficile de se démarquer. Promouvoir son produit aux institutions est toujours nécessaire.

— NOMBRE DE CANAUX DE DISTRIBUTION

La multiplication des distributeurs et plateformes d'achat peut être un défi à gérer pour un service alimentaire. À l'inverse, du côté de certains producteurs, la diversification des canaux de distribution peut être une façon de réduire le risque global de la filière.

Besoins et suggestions pour faciliter l'approvisionnement de protéines végétales québécoises.

ADAPTATION DES APPELS D'OFFRE

Il ressort des consultations un besoin de réfléchir ensemble à l'adaptation des appels d'offre public pour permettre aux entreprises québécoises de se positionner sur le marché institutionnel.

PROTÉINES VÉGÉTALES COMME SOLUTION BUDGÉTAIRE

Réduire la part des protéines animales permet de dégager un budget qui permet non seulement d'acheter des protéines végétales, mais aussi de choisir ces produits biologiques. Une analyse de la sensibilité des acheteurs institutionnel au prix permettrait de mieux comprendre la marge de manœuvre disponible pour favoriser l'achat local et l'achat de produits biologiques.

UTILISER DES CRITÈRES DIFFÉRENCIATEURS

Étant donné que l'origine géographique ne peut être un critère de choix dans les appels d'offres publics, il est suggéré d'identifier des critères techniques différenciateurs ou des critères de développement durable. Les exemples cités sont le quinoa sans saponine, les conserves de haricot à faible taux de sel, le biologique et le sans-gluten.

ALIGNER L'OFFRE ET LA DEMANDE

Afin que les produits soient plus largement disponibles auprès des distributeurs, il faut augmenter la demande institutionnelle. Les travaux de concertation ont permis d'identifier des produits plus en demande. Alors que les institutions se mobilisent pour végétaliser les menus, il reste encore à mieux comprendre comment de nouvelles recettes impacteront les achats de protéines végétales québécoises. Les intentions d'achat en volume sont encore incertains.

Freins et leviers pour la production et transformation

Le projet a peu abordé les défis de production et de transformation, car les participant(e)s ont désiré se concentrer en aval de la filière, du côté de distribution et de la consommation. Une revue de la littérature a pu mettre en valeur quelques idées clés, en plus des commentaires occasionnels reçus au cours des événements de concertation, résumés dans les pages suivantes.

PRODUCTION ET TRANSFORMATION DU POIS JAUNE

LE POIS JAUNE QUÉBÉCOIS

Le marché

- Production en hausse, même si marginale
- Filière peu organisée, pas de gros acheteurs, la demande et le marché doit se développer
- La production avec le plus gros potentiel de croissance selon les acteurs du secteur
- 3e protéine végétale utilisée par le secteur de la transformation après le soya et le pois chiche.

Aspects agronomiques

- Le plus gros potentiel agronomique et environnemental
- Le pois jaune fixe la totalité de son azote
- Plus productif en association avec une céréale
- Se récolte tôt, ce qui permet moins de compaction, et la possibilité d'implanter une culture d'hiver
- Besoin en recherche (ex : pourriture des racines)

Transformation

- Transformation primaire peu complexe (grain sec à la récolte)

- Présence de transformateurs simples (farine), pas d'ultra-transformation (isolats, extraits) au Québec.
- Propriétés organoleptiques proches du pois chiche
- Une problématique de goût selon certains transformateurs secondaires

Besoins des producteurs et transformateurs

À ce stade du projet, les producteurs participants estiment que les enjeux de production et de la transformation sont secondaires à ceux touchant l'approvisionnement et de la consommation. Les défis techniques associés à la transformation du pois jaune en farine sont considérés comme mineurs. Plusieurs transformateur(rice)s manifestent d'ailleurs un intérêt croissant pour le pois jaune en vue de développer des produits transformés s'intégrant adéquatement aux menus institutionnels. Les besoins d'amélioration concernent principalement le renforcement de la demande institutionnelle locale.

Un avantage relevé du pois jaune réside dans l'existence de deux débouchés — l'alimentation humaine et l'alimentation animale — ce qui contribue à réduire le risque associé à la décision de cultiver cette céréale.

Une attention particulière devrait être portée à la qualité du criblage et du nettoyage, ainsi qu'à l'effet de la maturité du grain à la récolte sur ses performances en cuisson.

PRODUCTION ET TRANSFORMATION DU HARICOT

LE HARICOT QUÉBÉCOIS

Le marché

- Production conséquente (Haricot Cranberry/Romano, noir)
- Un potentiel de croissance moyen selon les acteurs de la transformation alimentaire sondés
- Le volume de production au Québec a tendance à fluctuer selon le prix du maïs et du soja. Il a chuté entre 2018 et 2021.

Aspects agronomiques

- Le haricot est plus difficile à produire que le maïs ou le soja, toutefois, le rendement est proche de l'Ouest canadien.
- Se récolte tôt: moindre compaction des sols à la récolte et culture d'hiver possible.
- Apport en azote réduit, mais pas éliminé.
- Semence ne peut être produite au Québec, car le climat est trop humide (maladies fongiques).

Transformation

- Selon le grain, le produit peut être fragile : c'est généralement le transformateur primaire qui s'occupe du séchage et du stockage.
- Usine de conserve existante au Québec offre un marché conséquent aux producteurs.

Besoins des producteurs et transformateurs

Les producteurs participants mentionnent que la culture du haricot est adaptée au Québec, mais rendue plus difficile sous l'effet des changements climatiques notamment en raison d'un niveau d'humidité excessif pouvant compromettre la production. La culture sur billon¹ constitue une mesure d'atténuation pertinente. Par ailleurs, la gestion des mauvaises herbes représente un enjeu croissant en production conventionnelle, en raison de la résistance accrue aux herbicides. Il devient donc nécessaire d'identifier des techniques adaptées au modèle conventionnel tout en évitant le recours au labour.

La concurrence avec le maïs et le soja pose également un défi, ces cultures offrant généralement une valeur marchande plus avantageuse. Les dynamiques de marché influencent directement les superficies en haricot, celui-ci étant plus exigeant à produire que le maïs ou le soja. Lorsque la marge générée par ces cultures est similaire, les producteurs ont tendance à privilégier les cultures les moins complexes.

La discussion a aussi porté sur la nécessité d'assurer une traçabilité rigoureuse et sur l'importance de la certification Aliments du Québec pour garantir l'origine québécoise des haricots destinés à la mise en conserve.

¹ technique de culture sur des buttes de terre surélevée et aplaties.

LA GOURGANE QUÉBÉCOISE

Le marché

- Production très localisée : Lac-Saint-Jean. Produit de niche.
- Un désir de développer la gourgane par les acteurs locaux, qui misent en partie sur la consommation animale (vaches laitières).
- Éligible à l'assurance récolte depuis peu.
- Un potentiel de croissance élevé selon les acteurs sondés.

Aspects agronomiques

- Besoin d'un climat frais.
- Une bonne alternative au soya dans les régions périphériques (saison courte).
- Récoltée à plusieurs stades : frais ou sec.
- Nécessite des batteuses spécialisées pour la récolte de la fève fraîche.

Transformation

- Besoin d'être ventilée pour le séchage.
- Disponible au format frais et congelé.

Besoins des producteurs et transformateurs

Ici encore, d'après les participants, le principal défi est la demande. En termes de production, la gourgane a l'avantage d'utiliser peu de pesticides. Il existe deux types de gourganes au Québec : la brune et la blanche.

Du côté des institutions, il y a un intérêt à intégrer la gourgane locale, mais il est trop tôt pour avoir une idée des besoins, n'ayant jamais testé les produits de gourgane transformés.



LE QUINOA QUÉBÉCOIS

Le marché

- Originaire de Bolivie.
- Une filière émergente au Québec depuis quelques années.
- Transformation sans gluten disponible au Québec.

Aspects agronomiques

- Cultivée dans plusieurs régions québécoises, mais moins résistante à l'humidité ou aux fortes chaleurs pendant la floraison.
- Sélection de semences et recherche en cours.
- Production biologique encore peu développée.
- Récolte en septembre qui demande des équipements spécialisés.

Transformation

- Protéine complète.
- Recherche en cours pour la transformation sous forme d'isolat de protéine et produits dérivés (flocons, farines, quinoa soufflé).

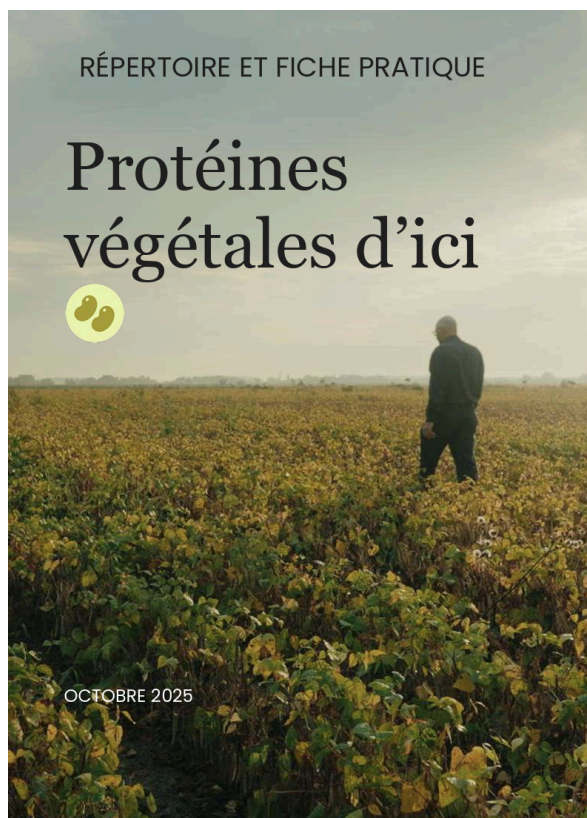
Besoins des producteurs et transformateurs

La production de quinoa est émergente au Québec depuis 2018, le grain est perçu par plusieurs producteurs comme un moyen de diversifier les rotations de culture. Un enjeu central pour la filière consiste à garantir un prix d'achat adéquat aux producteurs et des débouchés stables sur le marché, en veillant à ce que l'approvisionnement progresse en harmonie avec la demande.

Cartographie et répertoire des acteurs des filières

Au cours de l'été 2025, un recensement des entreprises productrices et transformatrices de protéines végétales québécoises a été réalisé. Les fournisseur(se)s ont été invité(e)s à contribuer à un répertoire de produits destiné au marché institutionnel, accompagné d'une fiche pratique à l'usage des institutions. Ce document constitue une première version non exhaustive, susceptible d'être enrichie et actualisée au fil du temps. [Ce répertoire est disponible sur le site d'Équiterre.](#)

La fiche pratique comprend une cartographie de la production québécoise de protéines végétales, un guide de trempage de cuisson de légumineuses sèches, des liens vers des recettes et une comparaison des prix d'achats institutionnels à partir de l'exemple du CHU de Sainte-Justine.



Applications possibles et actions prioritaires pour le développement de filière en circuit court

Les activités menées ont mis en évidence plusieurs besoins essentiels pour renforcer l'intégration durable des protéines végétales québécoises dans les menus institutionnels.

D'abord, les institutions expriment clairement la nécessité de disposer d'un plus grand nombre de recettes adaptées à leurs contraintes opérationnelles et susceptibles d'être adoptées avec succès par les mangeur(euse)s.

Parallèlement, les fournisseurs souhaitent mieux comprendre les intentions d'achat institutionnels en volume ainsi que la sensibilité des institutions aux prix de vente. Ces informations leur permettraient d'ajuster leurs stratégies commerciales, de proposer des formats ou conditionnements mieux adaptés et, ultimement, d'améliorer la concordance entre l'offre et la demande.

De plus, un travail structurel demeure nécessaire pour faciliter l'intégration des protéines végétales locales dans les appels d'offres du CAG et sensibiliser les distributeurs sur l'intérêt grandissant des acheteurs institutionnels pour les protéines végétales québécoises.

Enfin, des occasions de dialogue et de maillage sont toujours nécessaires pour faciliter les relations d'affaires où chacun y trouve son compte.

Annexe

Résumé de l'atelier "Aligner l'offre et la demande pour faire des protéines végétales d'ici une solution d'avenir", réunissant environ 60 participants lors de la journée conférence du 29 octobre 2025.

HARICOT SEC QUÉBÉCOIS

Format	Contexte QC	Intérêt	Utilisation	Défis à relever
Haricot en conserve	Usine au QC Pas de traçabilité des grains locaux pour le moment.	★★★	Chili Minestrone Burrito Muffin aux haricots Haricot blanc ² pour sauce viande dysphagique + facilité + stockage + gros format existant	Sel Recyclage Acceptabilité de la clientèle Format mal adapté selon le nombre d'utilisateurs Gaspillage (jette ½ conserve à cause de recette précise) Traçabilité difficile
Haricots secs	Disponible à travers les principaux distributeurs ou en vente directe.	★★★★★ ★ ★★	Salades Soupes Sandwich Chili Burrito (matin) Muffin, collations Boule d'énergie + Réduction des déchets (x2) + longue conservation + meilleur goût et texture + cuisson avec pression super rapide	Planification Contexte de main d'oeuvre limitée Traçabilité parfois difficile Mise en place (changement dans l'équipe) Équipement Transformation plus longue Durée de conservation une fois cuit (mettre sous vide?)
Haricots précuits et emballés sous vide	Non disponible au QC. Possible si la demande est suffisante.	★	+ intérêt à essayer Raccourcis flexible pour les petits sites	Durée de conservation (x2) Prix ? (x2) Espace d'entreposage au frais (x2) temps vs. texture Gestion des matières résiduelles (volume de déchet)
Haricots précuits et congelés	Non disponible au QC. Possible si la demande est suffisante.	★	Soupes Purées + Durée de conservation + Meilleure traçabilité possible	Texture? Prix? (x2) Espace d'entreposage au congélateur très limitée (x2)

Note: les haricots n'ont pas été discutés à la tables CPE

Légende des couleurs : secteur Santé - éducation - CPE - Fournisseur - Écosystème

² Attention: le haricot blanc n'est pas cultivé au Québec.

POIS JAUNE

Format	Contexte QC	Intérêt	Utilisation	Défis à relever
Pois jaune entier	Plusieurs fournisseurs québécois, vente directe et via quelques distributeurs	★★★ ★★ ★	Soupe Salade (x2) Galette Houmous Purée Condiment (mayo) Cake salé Collation (style épicé)	Le faire connaître (x2) Temps de cuisson Temps de trempage Détrôner le pois chiche Recettes à développer Résistance au changement Approvisionnement
Pois cassé jaune	Non disponible au QC. Possible si la demande est suffisante		Soupe	Rethermalisation Connaître comment l'utiliser
Farine de pois jaune	Plusieurs fournisseurs québécois, vente directe et via quelques distributeurs	★★★ ★ ★ ★	Houmous (x2) Pâte à tarte pâte à pizza Base de sauce Burger Biscuit Crêpe	Amertume Coût Fragilité Connaître comment l'utiliser Avoir mode d'emploi Tests et essais à prévoir Digestion
Produits transformés à base de pois jaune (épaississant, burger, houmous)	Non disponible au QC. Possible si la demande est suffisante	★★★ ★★	épaississant pour utilisation dans: Muffin Pudding Crème (consistance modifiée) Burger Houmous + pas de gluten	Coût Approvisionnement Goût inconnu ? Gros volume pour l'épaississant Épaississant réfrigéré? Plus ou moins d'intérêt
PVT de pois jaune	Non disponible au QC, Possible si la demande est suffisante	★★★★★★ ★★ ★★★ ★★	Mets de poulet Mets à base de sauce blanche + moins allergène que soja	Le faire connaître Couleur Goût inconnu Coût Allergènes, intolérance? Quelle différence avec PVT soja Possibilités d'utilisation inconnues

Légende des couleurs : secteur Santé - éducation - CPE - Fournisseur - Écosystème

GOURGANE

Format	Contexte QC	Intérêt	Utilisation	Défis à relever
Gourgane brune entière	Plusieurs fournisseurs québécois, vente directe			Méconnaissance (x2) Pas de recette institutionnelle disponible Grosse fève (méconnaissance des usagers)
Farine de gourgane	Plusieurs fournisseurs québécois, vente directe	★★★★	+ peut être plus facile d'utilisation (camouflé)	Méconnaissance (x2) Goût ? Versatile ? Est-ce fermenté, torréfié?
Gourgane fraîche congelée	Un fournisseur québécois, vente directe	★	Houmous? Soupe	Méconnaissance Membrane à enlever (x2) Recettes?
Gourgane sans membrane	Non disponibles au QC, Possible si la demande est suffisante	★★★★	Soupe	Méconnaissance Est-ce fermenté? Goût? Manque d'éducation, recettes
Produits transformés à base de gourgane	Non disponibles au QC, Possible si la demande est suffisante	★ ★	Galette Boulette végé	Méconnaissance Dessert

PVT DE SOYA

Format	Contexte QC	Intérêt	Utilisation	Défis à relever
PVT de soya	Transfo. québécoise, dégraissage hors Québec. Une entreprise 100% QC.	★★★★ ★ ★	Sauce marinara Galette de viande 30% PVT Partout où viande hachée Haché ou purée (effet soyeux) Pizza végé Chili jardin (x2) Pain de viande et PVT (x2) Très présente en CPE	Intolérance si en trop grande quantité Hôpitaux sans soja Coût comparé à la PVT importée Approvisionnement local Différence de qualité selon les sources Besoin de comprendre l'impact environnemental

Légende des couleurs : secteur Santé - éducation - CPE - Fournisseur - Écosystème

QUINOA

Format	Contexte QC	Intérêt	Utilisation	Défis à relever
Quinoa entier	Un fournisseur québécois, disponible chez les distributeurs	★★★★★ ★★★ ★★ ★★	Recette boulette de veau et Quinoa Pain de viande et quinoa Pain de poulet et quinoa Pain de dinde et quinoa Féculent accompagnement (x2) Poké bowl Salade Dans bouillon de poulet (remplace en partie le riz cuit) Soupe de légume et quinoa Façon riz et lentille	Texture Couleur Appréciation de la clientèle
Farine de quinoa	Un fournisseur québécois, vente directe	★ ★	Remplacement de farine de pois chiche (idée) Roux dans les soupes, crèmes Pâtes maison (25% quinoa) Pain (25% quinoa) Dessert (25% quinoa)	Méconnaissance (x2) Coût rapport à la farine tout Usage Éducation Développement de recettes Approvisionnement av. CAG Plusieurs ne font pas leurs dessert maison
Flocons de quinoa	Un fournisseur québécois, vente directe	★★★ ★★	Gruau (x2), pour dysphagie Desserts Boulettes végé Collations (galettes, barres tendres)	Acceptabilité de la clientèle (goût) Méconnaissance (x2)
Quinoa Soufflé		★★★★★ ★	Granola-yogurt Quinoa krispies Barre tendres	Disponibilité Approvisionnement

Légende des couleurs : secteur Santé - éducation - CPE - Fournisseur - Écosystème

Quel engagement vos institutions sont-elles capables de prendre collectivement pour utiliser [protéine végétale] provenant du Québec?

En résumé :

Points communs qui ressortent dans tous les milieux

- L'importance des recettes et du "comment" intégrer la protéine végétale. Mention de partage de recette, de développement, de tests. Il s'agit d'un gros processus que les institutions souhaitent entamer, mais aussi faciliter (partage des recettes déjà testées, demander à ITHQ de développer des recettes)
- L'importance de faire lister les produits chez les distributeurs
- La recherche de façons de contourner les appels d'offres (critères de sélection pointus, aller hors des appels d'offres)
- Continuer à faire connaître les produits moins connus, comme les flocons de quinoa, la farine de pois jaune, etc., car ils sont peu connus des institutions

Secteur de la santé

General

Recettes partagées à tous, avec ingrédients magiques

Partage en communauté de pratique

Prendre connaissance des produits disponibles via Commun'assiette/CIBIM/Aliments du Québec, qui nous aide à faire rentrer les produits chez les fournisseurs

Engagements spécifiques Quinoa

- Intégrer des critères aux appels d'offres pour cibler le quinoa du Québec
 - Par exemple, quinoa bas en saponine (pour diminuer l'amertume et limiter le besoin de rinçage)
- Évaluer les possibilités de sortir du contrat CAG (évaluer les options sous les seuils)
- Solliciter les distributeurs pour faire lister le quinoa du Québec
- Développer des recettes standardisées pour les institutions (mets principaux)
- S'engager dans un volume d'achat
- Demander à ITHQ de développer des recettes

Engagements spécifiques Haricot

- Partager les recettes contenant des haricots (secs ou en conserve) par logiciel standardisé
- Faire des tests de recettes moitié-moitié (thon-Haricots, Jambon-tofu, etc.)
- Intégrer dans le menu été 1 recette végétariennes
- Tisser plus de liens entre les soins et les services alimentaires, enlever les silos
- Avoir plus de recettes de desserts avec des haricots

Engagements spécifiques PVT

- Collaboration avec les compagnies
- Communiquer aux fournisseurs les volumes nécessaires pour le milieu de la santé

- Accompagner les fournisseurs pour qu'ils connaissent mieux les appels d'offre
- Demander aux distributeurs de lister les produits chez les fournisseurs

Coups de coeur:

- Découverte des flocons de quinoa
- Découverte de M. Robert Beauchemin (moulin de Soulanges)
- Découverte du quinoa soufflé
- PVT de soya du québec
- Partage de recettes par logiciel standardisé (merci Sainte-Justine et CIUSSS Centre-Sud)
- Épaississant à base de pois jaune

Engagement #1:

- Trouver une recette de quinoa à intégrer au menu
- Explorer l'intégration de critères aux appels d'offres
- Collaborer avec les compagnies
- Dans le menu été, intégrer une nouvelle recette végétarienne
- Partage des meilleures pratiques en nutrition et pour les services alimentaires
- Développer 3 recettes pour le menu d'été 2026:
 - Quinoa Crispies, pain poulet et quinoa, féculent

Secteur de l'éducation

Engagement spécifique envers le pois jaune

- Obtenir des échantillons de pois jaune
- Tester des recettes pour évaluer le goût, le coût, le rendement
- Faire lister les produits chez le distributeur (dubé-Loiselle) Si les tests sont concluants.
- Poursuivre l'investigation pour développer une trempette pour le menu
- De la part du producteur : soutenir les institutions pour développer les recettes, afin d'atteindre la cible SNAAQ

Coups de coeur:

Découverte des possibilités autour du pois jaune, découverte de nouveaux produits
 Transfert d'un produit non-local en conserve (pois chiche) vers un équivalent local sec
 Coup de coeur: rencontre de Daniel Dubé (ferme Pré rieur)!

Engagement #1:

Faire un guide d'utilisation et tester le pois jaune.

Secteur de la petite enfance

Engagement spécifique envers le pois jaune

AQCPE: En parler lors de nos mandats d'accompagnement

Diffuser des recettes testées en CPE

Créer des défis de développement de recettes

En parler lors de formations podcast

Manège des tout-petits : Utiliser les pois jaunes entier dans 1 repas, 1 pâtisserie, 1 sauce, une fois par semaine.

CPE Bonne Aventure : Tester l'aquafaba de pois jaune, tester des recettes de pâtisserie avec la farine de pois jaune. Mettre les pois jaunes entiers dans les soupers, les sauces pour pâtes, le hummus et les plats de légumes.

Coups de coeur:

Engagement #1: Intégrer un repas de pois jaune, 1 pâtisserie et 1 sauce qui inclut du pois jaune par semaine.

Références

Agrinova. (2017). Guide de production de la gourgane dans la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean. [Lien](#)

AgroQuébec. (2022). Sommaire : état des lieux et diagnostic dans le cadre du Programme de développement des marchés bioalimentaires, présenté au comité protéines alternatives ou végétales.

Akpakouma, A. (2021). Portrait des cultures émergentes dans les grandes cultures au Bas-Saint-Laurent. [Lien](#)

Équiterre. (2025). On en sommes-nous dans la végétalisation des menus en institution? Présentation de MUrielle Vrins lors de la journée conférence Les protéines végétales d'ici au menu des services alimentaires.

Forest Lavoie Conseil. (2021). Étude visant la caractérisation de 4 filières de grains pour le marché des protéines végétales (haricot, pois, féverole et gourgane). Rapport présenté au CGQ.

Forest Lavoie Conseil. (2022). Consultation du secteur de la transformation alimentaire sur les besoins et attentes en matière de protéines végétales. Rapport final présenté au CTAQ.

INAF. (2015). Opportunités et défis de valorisation des ressources boréales du Saguenay-Lac-St-Jean. [Lien](#)

Légaré, C-A. (2021). Les protéines végétales : perspectives de marché et transformation. Notes de webinaire.

MAPAQ. (2025). Bilan de la SNAAQ. Présentation de Rosemarie Perron-Gagnon au forum de la SNAAQ 2025. [Lien](#)



Les bureaux d'Équiterre sont situés sur les territoires autochtones non cédés par voie de traité que nous appelons de nos jours Montréal et Québec, là où différents peuples autochtones ont interagi les uns avec les autres. Nous reconnaissons que les Premiers Peuples protègent leurs territoires depuis des temps immémoriaux et utilisent leurs savoirs traditionnels pour garder les terres et les eaux. Nous sommes reconnaissantes et reconnaissants de vivre sur ce territoire et tenons à poursuivre nos efforts pour le protéger. En tant qu'organisation préoccupée par la justice environnementale et sociale, Équiterre respecte les importants liens entre le passé, le présent et l'avenir. Nous prenons acte du chemin qu'il reste à parcourir pour mettre en œuvre notre mission, tout en bâtissant des relations avec les Premiers Peuples dans l'humilité, la bienveillance et le dialogue.

Équiterre

