

QUELLE MACHINE À CAFÉ CHOISIR ?

COMPARATIFS PRODUITS

[mise à jour : 02/2019]



On choisit sa machine à café en fonction de ses goûts et de la facilité d'emploi. Mais on pense aussi à son impact sur l'environnement.

Cafetière italienne, à piston, à dosette, à capsules, automatique... Laquelle acheter ? Choisir une machine à faire le café est surtout une affaire de goût, bien sûr, mais aussi de facilité d'emploi, d'entretien, de prix...

Selon le type de machine et la façon dont on prépare son café, une tasse de café aura un impact plus ou moins grand sur l'environnement :

Ce n'est pas tant la consommation d'énergie (électricité, gaz) de la machine à café (qui est minime) qu'il faut regarder mais plutôt :

- La fabrication et le recyclage de la machine ;
- La production de déchets (emballages, capsules, dosettes...).

Le traditionnel percolateur, qui fait un **café « filtre »**, reste la meilleure option pour servir une grande quantité de café avec un minimum d'entretien. Le filtre est compostable avec le marc de café. On peut aussi utiliser un filtre réutilisable.



Un espresso, illico presto

Et pour son petit café quotidien, fait minute, quelle machine choisir ?

Machine	Quantité de caféine *	Compostable	Choix du café	Coût annuel	Quantité de déchets	Prix machine	Facilité	Fiabilité**
Expresso automatique	☹️	😊	😊	😊	😊	☹️	😊	☹️
Expresso semi-automatique	☹️	😊	😊	😊	😊	😐	😐	😐
Senseo	😐	😊	😐	😐	😐	😊 / 😐	😊	😐
Senseo, avec pad réutilisable	😐	😊	😊	😊	😊	😐	😐	😐
Nespresso	☹️	☹️	😐	☹️	☹️	😐 / ☹️	😊	😐
Nespresso, avec capsule réutilisable	☹️	😊	😊	😊	😊	😐 / ☹️	😐	😐
Italienne (moka)	☹️	😊	😊	😊	😊	😊	☹️	😊
Piston	😊	😊	😊	😊	😊	😊	☹️	😊
Percolateur, avec filtre jetable	😐	😊	😊	😊	😐	😊 / 😐	😐	😐
Percolateur, avec filtre réutilisable	😐	😊	😊	😊	😊	😊 / 😐	😐	😐

* teneur en caféine comparée à volume identique. Une tasse d'expresso contient moins de caféine...

parce qu'elle est plus petite. ⁰ -

** En termes de complexité de la machine et de potentiel de pannes. Cette appréciation n'est pas liée à une étude.

Quelques exemples ¹ :

Les machines sans dosettes :

- coûtent environ 90€/an en café ;
- génèrent de 0 à 420g de déchets d'emballage par an (on ne compte pas le marc de café).

Les machines à dosettes jetables :

- coûtent entre 115 € (Senseo) et 190 €/an (Nespresso) en café ;
- produisent de 500g (Senseo) à 1,2 kg (Nespresso) de déchets annuels (toujours sans compter le marc de café).

Le meilleur choix : les machines simples et sans dosettes

Il y a deux grands types de machines simples et sans dosettes :

- la cafetière moka (appelée aussi cafetière italienne) ;
- la cafetière à piston.

Avantages :

- Le **choix illimité de cafés**, tant qu'ils sont moulus (la mouture influence le résultat final). On peut donc opter facilement pour du [café bio et équitable](#). Et même acheter son café en grandes quantités, en vrac, voire en grains et le moulin soi-même.
- Les **déchets** sont **limités** à l'emballage du paquet de café. Mais on peut aussi utiliser du café [acheté en vrac](#).
- Elles sont **solides et fiables**. Elles ne comportent pas ou très peu de pièces mobiles ou fragiles, le risque de panne ou d'obsolescence est donc quasi nul.
- Elles sont **bon marché**, tant à l'achat qu'à l'utilisation.

Inconvénients :

- Il faut les **nettoyer** après chaque utilisation et le marc de café n'est pas contenu dans un filtre ou une capsule.



La cafetière italienne (ou moka)

Elle donne un café plutôt « goûtu » mais assez léger en caféine si l'on prépare des petites tasses. Le nombre de tasses annoncé pour ces machines prend en compte des petites tasses de +/- 50ml. Elle fonctionne sur tous les types de feux (même induction, pour certains modèles). On remplit la partie inférieure d'eau et on dépose le café sur le filtre métallique. L'eau est portée à ébullition et passe à travers le café (pression : 1 à 2 bars). Le café tout chaud se trouve dans la partie supérieure. C'est une des machines préférées des amateurs de cafés. Le modèle d'origine est en aluminium, mais il existe également en inox, si l'on veut éviter tout contact entre le café et l'aluminium.



La machine à piston

Elle donne un café moins corsé (mais pas moins aromatique) et plutôt moins caféiné par rapport aux autres méthodes. La technique est différente : on met le café dans le corps de la machine, puis on verse l'eau chaude dessus. On presse ensuite le mélange eau-café en descendant le piston. Cela sépare le marc de café du café infusé que l'on va boire. C'est également une machine très appréciée des amateurs de café, notamment pour apprécier tous les arômes de celui-ci.

Le compromis : les machines à dosettes réutilisables ou à expresso

Les machines à dosettes



Le problème des machines à café à dosettes jetables, c'est qu'elles produisent beaucoup de déchets. Pour réduire la quantité d'emballages, **il existe une solution : les dosettes ou capsules réutilisables.**

On les remplit du café moulu de son choix. Une fois remplies, on les utilise exactement comme des jetables. Puis on les vide (de préférence dans le compost), on les lave et on les **réutilise**.

On préférera un modèle **en métal plutôt qu'en plastique**, pour sa solidité et pour éviter la

migration de composants du plastique sous l'effet de la chaleur.

Ces dosettes, capsules ou pads réutilisables existent tant pour les machines Senseo que Nespresso. La Senseo donne un café entre le café « filtre » et l'expresso. La Nespresso fait des cafés de type « expresso ».²

Avantages de ces machines utilisées avec des dosettes réutilisables :

- Elles sont pratiques pour préparer juste une tasse ou deux facilement.
- La machine est **bon marché à l'achat**.
- On **réduit ses déchets** car on ne jette plus de capsules ou de pads. Certes, les pads sont compostables et les capsules recyclables. Mais le meilleur déchet reste celui qui n'existe pas... et qu'il ne faut donc pas gérer.
- Le café moulu acheté en paquets **coûte moins cher** qu'en doses individuelles.
- Le **choix de cafés** est **infini** puisqu'on met ce qu'on veut dans la dosette.
- On peut utiliser du café [acheté en vrac](#).

Inconvénients :

- Ces machines utilisent une pompe et différents systèmes mécaniques qui peuvent tomber en panne (contrairement aux modèles de type cafetière italienne ou à piston).
- On **perd le gain de temps** offert par l'utilisation des dosettes et des capsules jetables.

Les machines à expresso

Semi-automatiques ou full automatiques, elles font des cafés « expresso » plutôt corsés et recouverts d'une jolie mousse.

Avantages :



- Elles n'utilisent **pas de dosettes**.
- Le **choix illimité de café**, parfois même en grains. Pas de souci pour privilégier du bio et équitable donc ! On peut aussi utiliser du café [acheté en vrac](#).

Inconvénients :

- Elles utilisent une pompe et différents systèmes mécaniques qui peuvent tomber en **panne**. Les machines « full automatiques » sont les plus concernées.
- Ce sont les machines les **plus chères à l'achat**. Mais grâce à un coût par tasse plus bas, leur prix s'amortit avec le temps quand on les compare aux machines à dosettes jetables ou, surtout, à capsules jetables.

À éviter : les machines à dosettes

Avantages :

- Elles sont **pratiques** et faciles à utiliser.



Inconvénients :

- Elles imposent d'utiliser un type de dosettes ou de capsules bien précis. On est donc **limité aux cafés proposés** dans la gamme.
- Le **café** vendu en dosettes est souvent **plus cher au kilo** que le café en vrac ou en paquets.
- Elles utilisent une pompe et différents systèmes mécaniques qui peuvent tomber en panne.
- Ces dosettes, pads ou capsules produisent **beaucoup de déchets**.

Ce dernier point doit toutefois être nuancé :

- Les **dosettes** type **Senseo** sont faites en papier filtre et sont donc **compostables** après usage.
- Les **capsules Nespresso** en aluminium sont **recyclables**. Mais **aucune collecte** n'est organisée en porte à porte ou dans les parcs à conteneurs ! ³ Il faudra donc les rapporter au fabricant ou dans un des points de collecte spécifique. Pas pratique... De plus, les capsules à recycler sont transportées avec le marc de café, jusqu'aux Pays-Bas. ⁴ Il sera aussi recyclé, mais cela ajoute du transport là où le compostage (ou la réutilisation pour, par ex. [faire un gommage maison](#)) du marc de café localement est plus intéressante. 25% seulement des capsules sont récupérées. ⁵

À lire aussi

- [Quel café choisir ?](#)

0 La quantité de caféine dépend de nombreux facteurs : café, mouture, méthode de préparation. Notre estimation est basée sur la compilation de plusieurs chiffres venant de différentes sources : Anses dans "[Évaluation des risques liés à la consommation de boissons dites « énergisantes »](#)" (2013), [therapeutesmagazine.com](#) (qui cite différentes études), [abonnement-cafe.com](#), [lecafedeclara.fr](#).

¹ Chiffres pour 130 litres de café/an (consommation moyenne en Belgique) ou [6,8 kilos de café/an](#) (en croisant les deux chiffres, moyenne de 900 tasses). Le prix ne tient compte que de l'achat du café, l'énergie utilisée étant négligeable par rapport au reste (si on ne laisse pas la machine en veille !).

Prix relevés en février 2019 pour un même café disponible dans plusieurs conditionnements (moulu, pads, capsules). On peut faire moins cher ! Pour produire 0g de déchets, il faut acheter le [café en vrac](#). En tenant compte du prix d'achat de la machine et de sa durée de vie, la hiérarchie des systèmes reste similaire (à savoir que les machines à dosettes coûtent plus cher et produisent plus de déchets que les autres, mais l'écart est encore plus grand).

² Les machines de type *Dolce Gusto* ou *Tassimo* sont plutôt des machines destinées à préparer des boissons « à base de café ». Certaines machines utilisent également des dosettes ESE, qui est un format de dosettes standard. Ces dosettes sont cependant nettement moins répandues que les Senseo ou Nespresso. Nous n'aborderons donc aucun de ces systèmes ici.

³ Un test a cependant été lancé [dans le Brabant Wallon en 2018](#).

⁴ L'aluminium sera envoyé ensuite en Italie pour fabriquer de nouvelles capsules (source : [RTBF](#)).

⁵ Selon ce reportage de la [RTBF](#).

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | info@ecoconso.be | www.ecoconso.be

Liens

[1] <mailto:rdebruyn@ecoconso.be>

[2] <https://www.ecoconso.be/fr/content/conditions-dutilisation-de-nos-contenus>

[3] <http://www.ecoconso.be/fr/Comparatif-produits-le-cafe>

[4] <https://www.ecoconso.be/fr/content/magasins-de-vrac-et-zero-dechet-de-wallonie-et-bruxelles>

[5] <https://www.ecoconso.be/fr/content/diy-comment-faire-son-gommage-maison-pour-le-corps-et-le-visage>

[6] <https://www.anses.fr/fr/system/files/NUT2012sa0212.pdf>

[7] <https://therapeutesmagazine.com/taux-de-cafeine-tasse-de-cafe/>

[8] <https://www.abonnement-cafe.com/blog/les-differentes-presentations-de-cafe/cafeine-la->

[9] <http://lecafedeclara.fr/cafeine/>

[10] <https://www.telegraph.co.uk/travel/maps-and-graphics/countries-that-drink-the-most-coffee/>

[11]

https://www.rtbef.be/info/regions/brabant-wallon/detail_ne-jetez-plus-vos-capsules-de-cafe-en-aluminium-deposez-les-a-u-parc-a-conteneurs?id=9911917

[12] https://www.rtbef.be/auvio/detail_recyclage-des-capsules-nespresso?id=2463879

Cette publication est mise à disposition sous un contrat Creative Commons

