

l'actu



ISSN 1288 - 6939

Imprimé sur du papier 100 % recyclé.

Communiqué



© www.civ-viande.org / G. Bartoli

Découverte - II-III

UN SYSTÈME D'ÉLEVAGE ÉQUILIBRÉ ?

Environnement - VI-VII

Effet de serre et élevage : quel bilan ?

Nutrition - XIV-XV

La viande : un aliment structurant

> CONTEXTE

1 La viande et le lait, deux ressources importantes dans l'équilibre alimentaire, sont produits grâce aux éleveurs. En

France, la majorité des systèmes d'élevage sont familiaux et utilisent l'herbe et les cultures de leur exploitation pour nourrir les bêtes.



Un système d'élevage équilibré ?

L'élevage est une activité ancienne. Il apporte à la population deux aliments de base : la viande et le lait.

LA VIE D'ÉLEVEUR

D'où viennent cette entrecôte et ce verre de lait ? Certainement pas d'une usine ou d'un laboratoire. Ces produits sont issus des 250 000 élevages de **bovins** et d'**ovins** en France. Les éleveurs travaillent la plupart du temps seuls, aidés par leur conjoint ou un travailleur saisonnier.

Leur métier : s'occuper au quotidien de leur troupeau et cultiver leurs terres, partagées entre prairies et champs où ils sèment de quoi nourrir leur bétail. Ils stockent les déjections produites l'hiver par les animaux et les recyclent comme engrais naturel sur leurs terres. Marc Blarel possède, en Picardie, un troupeau de 130 blondes

d'Aquitaine, ce qui constitue en France un gros troupeau. Pourtant, il reconnaît chacune de ses vaches, en un coup d'œil : Papillotte, Terra... Au bout d'une petite route de la Drôme, une ferme familiale est nichée au flanc d'une montagne arrondie. Des éleveurs y bichonnent leurs chèvres et leurs brebis, qui donneront le picodon, le ...

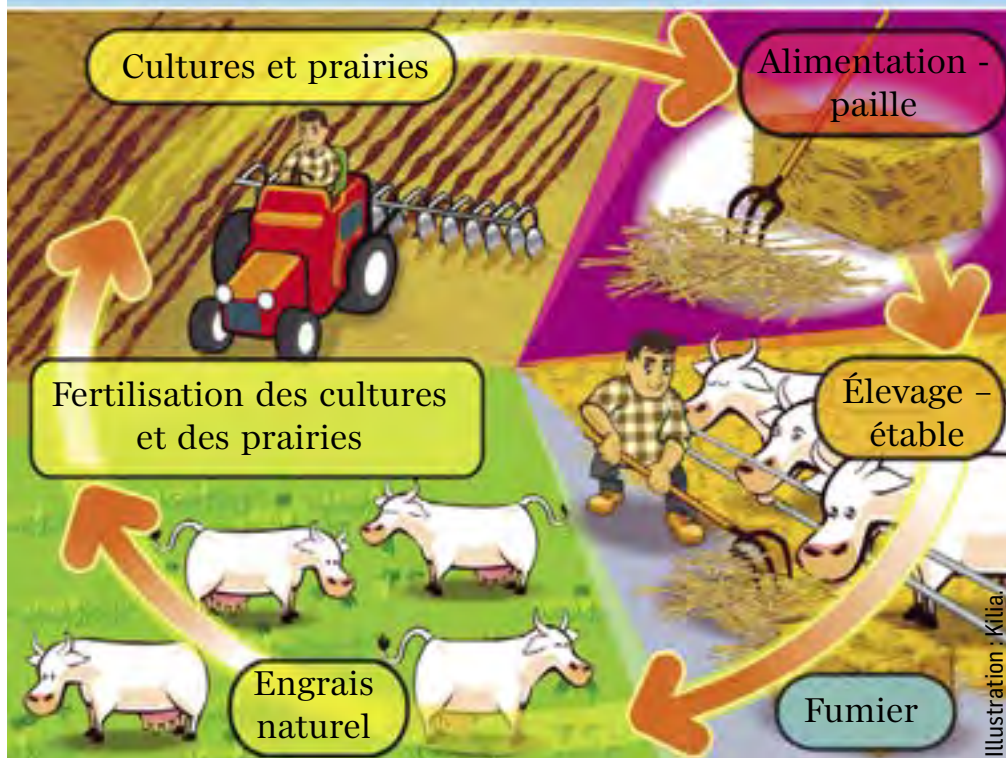
2 Les éleveurs se doivent de fournir des produits de bonne qualité en respectant le bien-être animal

et l'environnement. La nature est l'outil de travail des éleveurs, leur intérêt est de la préserver.

3 Le maintien des prairies contribue à la qualité et à la diversité des paysages typiques du pays.

LE RECYCLAGE DE LA MATIÈRE : UN ÉQUILIBRE ÉCOLOGIQUE

En France, la majorité des systèmes d'élevage utilise les prairies et les cultures de l'exploitation pour nourrir les bêtes. Les animaux d'élevage fournissent à leur tour de l'engrais naturel qui viendra fertiliser les champs où sont cultivés les céréales et le fourrage (plante cultivée pour l'alimentation des animaux).



> CHIFFRES CLÉS

1/5

du territoire français est occupé par des prairies, soit 13 millions d'hectares. Le bétail y vit une grande partie de l'année, du printemps à l'automne.

20 millions

de bovins et 10 millions d'ovins broutent en France. C'est le plus grand troupeau d'Europe.

9

C'est le nombre de races de chevaux élevées en France en vue d'une production spécialisée de viande chevaline.

> LE SAVIEZ-VOUS ?

En France, quel est le nombre moyen de bovins dans le troupeau d'un éleveur ?

> MOTS CLÉS

... fromage local, et les bonnes côtes d'agneau. Ce décor somptueux a été fabriqué par la nature, mais aussi par les paysans qui entretiennent un territoire. Sans eux, le visage de la France serait bien différent : la friche envahirait les pâturages, qui redeviendraient des forêts, ce qui nuirait à la biodiversité...

Chez les ovins comme chez les bovins, les animaux peuvent être élevés pour produire du lait ou de la viande.

Bovin

Cette famille regroupe le veau, la vache, le bœuf, le taureau...

Ovin

Espèce constituée des moutons, brebis, béliers et agneaux.

« VERS 14-15 ANS, J'AI EU UN COUP DE CŒUR POUR CE MÉTIER. UN LIEN FORT SE NOUE AVEC L'ANIMAL. »

→ CONTEXTE

Les vaches, les moutons et les chevaux sont herbivores, ils sont capables de digérer l'herbe. Les cochons sont des

mammifères omnivores. Comme les hommes, ils mangent de tout. L'alimentation des animaux répond à des normes strictes.

NOURRITURE

Régime varié pour les cochons

Les cochons ne sont pas amateurs d'herbe ou de foin. Dans neuf cas sur dix, ils sont élevés dans des bâtiments, où ils reçoivent une alimentation végétale, sous forme de granulés ou de farine mélangée à de l'eau tiède. Leur repas est composé de céréales (blé, maïs et orge), d'oléoprotéagineux (tourteaux de soja, de tournesol et de colza), etc.



© www.civ-viande.org/H. Réocreux

Comme il a un petit estomac, le cochon mange plusieurs fois par jour.

→ C'EST DINGUE

PREMIERS ÉLEVEURS Une vieille histoire

La plus ancienne trace de domestication du bétail remonte à 8500 ans avant J.-C., en Turquie actuelle. L'homme a peu à peu domestiqué l'aurochs, le mouflon oriental, la chèvre sauvage et le sanglier, les ancêtres respectifs du bœuf, du mouton, de la chèvre et du cochon. Chasseur-cueilleur, il est devenu agriculteur-éleveur, deux activités à la base de notre société.

Des herbivores très gourmands



© www.civ-viande.org/G. Bartoli

L'herbe est le plat préféré de la vache, du mouton ou du cheval ! Du printemps à l'automne, ces herbivores la broutent dans les prairies. Elle repré-

sente 60 % à 80 % de leur alimentation. L'hiver, quand ces animaux vivent à l'intérieur, l'éleveur leur donne du foin ou du maïs ensilé : les épis ont été hachés, puis placés

dans des silos ou pressés, afin d'être mieux conservés. Le bétail a aussi droit à des extras. La ration du cheval est complétée par de l'avoine. Quant aux vaches, l'éleveur peut leur fournir une « barre énergétique », à l'orge ou à la pulpe de betterave. Des tourteaux, obtenus à partir de graines de plantes oléagineuses (dont on tire de l'huile), tels le lin ou le tournesol sont aussi au menu. Les herbivores ont permis aux hommes de produire de la viande, du lait et de la laine sur certaines terres non cultivables.



Didier Ramet a repris l'exploitation de ses parents, la Métairie, dans la Nièvre, en 1982. Son troupeau est composé de blondes d'Aquitaine

et de charolaises, des races à viande. Il cultive 380 hectares, aidé par un salarié et un apprenti. Il raconte à *l'actu* comment il nourrit son troupeau.

INTERVIEW DIDIER RAMET, ÉLEVEUR

Le coup d'œil de l'éleveur

Comment nourrissez-vous votre troupeau ?

Les deux tiers de mon exploitation sont des prairies où les bêtes broutent du 1^{er} avril au 30 novembre. Sur le tiers restant, je cultive des céréales qui servent à les nourrir : du blé, de l'orge et du triticale, qui est un croisement de seigle et de blé.

Et l'hiver, à l'étable, que mangent-elles ?

Du foin, c'est-à-dire de l'herbe que j'ai récoltée, faite sécher et stockée pour l'hiver. Une vache en mange environ 15 kg par jour.

Que leur donnez-vous à boire ?

Deux rivières traversent la ferme. Des sources se trouvent aussi sur l'exploitation : l'eau captée par des pompes permet



de remplir les abreuvoirs.

Achetez-vous des aliments à l'extérieur ?

Oui. Un peu de fourrage lorsqu'il m'en manque et des protéines végétales, tels des tourteaux de colza ou de lin.

Quels sont les autres aspects importants, pour le bien-être de vos bêtes ?

Leur confort. À l'extérieur, elles doivent pouvoir s'abriter de la pluie ou du soleil sous les haies. Quant aux

bâtiments, je les ai rénovés pour qu'ils soient spacieux, lumineux et sans courants d'air. Chaque jour, je vérifie que tout se passe bien, au pré comme à l'étable. C'est ce que l'on appelle « le coup d'œil de l'éleveur ». Je peux détecter si quelque chose ne va pas dans l'attitude de l'animal, comme des oreilles qui pendent un peu, un œil un peu triste ou une rumination anormale...

INFO

Le cycle de la nature

On appelle cela le « lien au sol » : le bétail est nourri avec les récoltes de l'exploitation. Ces cultures sont elles-mêmes fertilisées avec la bouse de vache qui, mélangée aux litières, donne le fumier. Dans sa ferme de la Nièvre, Didier Ramet épand cet engrais naturel une fois les moissons finies, en août. Il utilise par ailleurs la paille du blé pour la litière.



→ CONTEXTE

1 La lutte contre le réchauffement climatique, dû aux gaz à effet de serre (GES), est un enjeu planétaire.

2 Le protocole de Kyoto, entré en vigueur en 2005, engage les 176 pays qui l'ont signé à réduire ces gaz.

EFFET DE SERRE ET ÉLEVAGE : QUEL BILAN ?

Le méthane des ruminants compensé par le stockage de CO₂ dans les prairies

LES ROTS DES VACHES

Mâcher de l'herbe pendant des heures provoque de drôles d'effets. En rotant, les ruminants (bovins, ovins...) rejettent naturellement du méthane dans l'atmosphère, un gaz à effet de serre. Le processus a lieu lors de la **rumination**. Pour digérer l'herbe, l'estomac des bovins est équipé de bactéries. Celles-ci, en dégradant la **cellulose** végétale produisent du méthane qui est ensuite rejeté dans l'air par l'éructation des animaux.

SOLUTION NATURELLE

En contrepartie, les prairies

qui fournissent l'herbe aux ruminants captent le dioxyde de carbone (CO₂) de l'air, un autre gaz à effet de serre. Pour pousser, l'herbe utilise en effet l'énergie du Soleil et le carbone du CO₂. C'est la photosynthèse. Quand les végétaux meurent, ce carbone s'accumule dans le sol, sous forme de matière organique. Les prés sont, comme les forêts, de véritables puits de carbone! Ce stockage permettrait de compenser au moins 75 % des émissions de méthane des ruminants et 30 % de l'ensemble des gaz à effet de serre de l'élevage (fuel, électricité, transport...).

→ MOTS CLÉS

Photosynthèse

Processus de fabrication de matière organique à partir de l'eau et du gaz carbonique de l'air, qui utilise le Soleil comme source d'énergie.

Rumination

Mâcher l'herbe avalée qui, stockée dans la panse de l'animal, est renvoyée vers la bouche. Il y a plusieurs allers-retours, durant 48 heures. Broyés, les aliments sont ensuite digérés par les micro-organismes.

Cellulose

Constituant principal de la paroi des cellules végétales.

→ CHIFFRES CLÉS

500 kg

c'est la quantité de carbone stockée chaque année dans le sol d'un hectare de prairie.

4 à 5 %

des gaz à effet de serre en France sont dus au méthane, naturellement rejeté par les ruminants en éructant.



chercheurs tentent d'isoler les bactéries présentes
iterait à ces ruminants de rejeter du méthane.

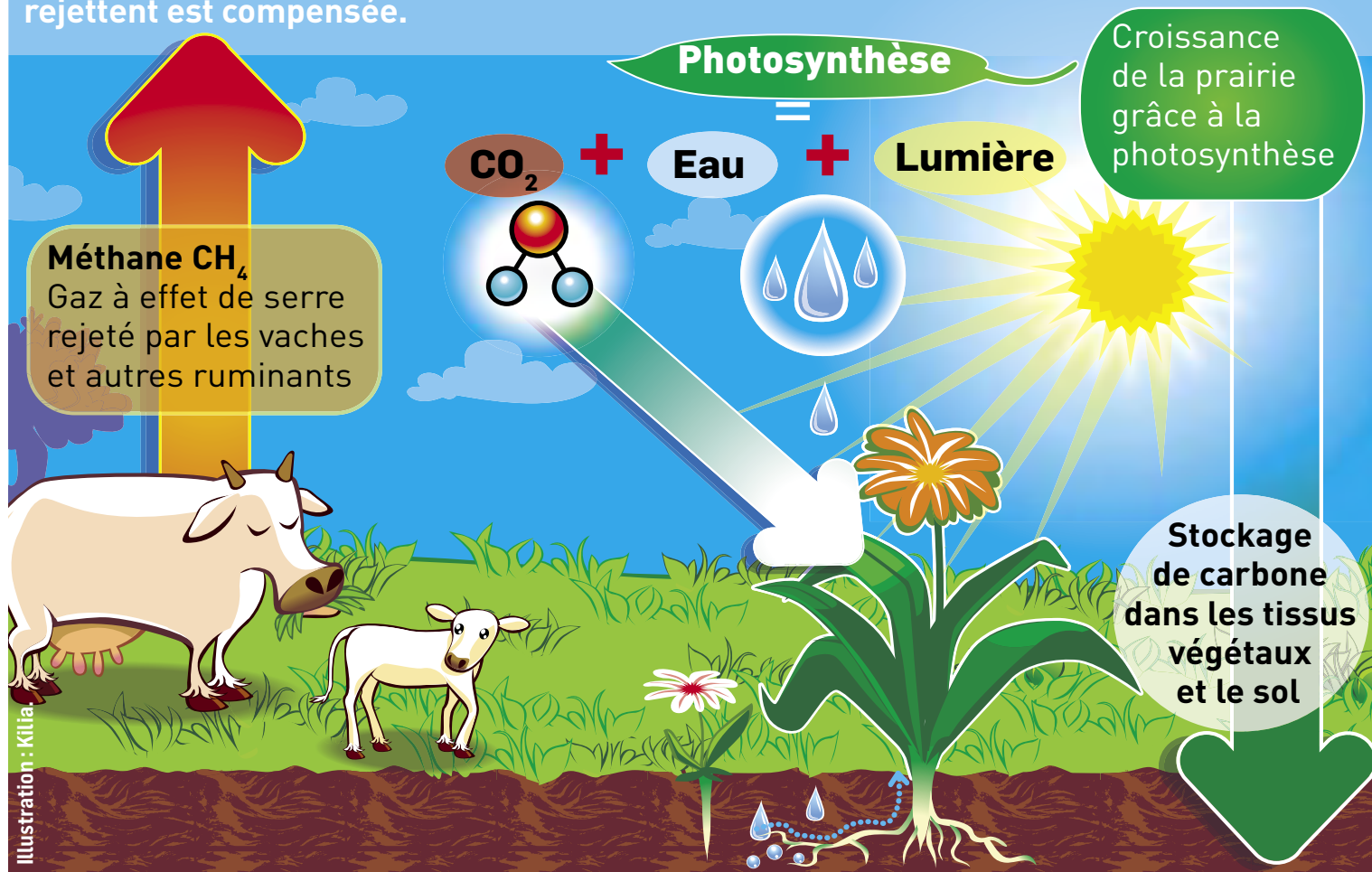
3 En France, le secteur des transports est le principal émetteur (27 %), suivi de l'industrie (21 %) et du

logement (20 %). L'élevage, émet des GES (11 %), mais en absorbe aussi grâce à la **photosynthèse** des prairies.

4 Ce processus permettrait de compenser au moins 75 % du méthane émis par les ruminants.

LA COMPENSATION CARBONE

Grâce à la photosynthèse, les prairies, qui nourrissent les herbivores, deviennent en se développant des puits de carbone. Ainsi, la majeure partie du méthane que les vaches rejettent est compensée.



L'effet de serre

L'effet de serre est un processus naturel. Une partie des rayons du Soleil dirigés vers la Terre sont réfléchis et renvoyés vers l'espace. Mais une autre partie est retenue, à 12 km d'altitude, par une couche de gaz composée, entre autres, de vapeur d'eau et de CO₂. Celle-ci agit comme une vitre qui piège les rayons. Conséquence : la température moyenne s'élève à 15 °C à la surface du globe. Sans l'effet de serre, elle chuterait à - 18 °C, empêchant toute vie sur Terre ! Le problème est que, depuis 1850, en raison de l'industrialisation, cette couche de gaz augmente et perturbe l'équilibre climatique.

→ C'EST DINGUE

DE L'AIL ET DU LIN pour diminuer les rejets de méthane

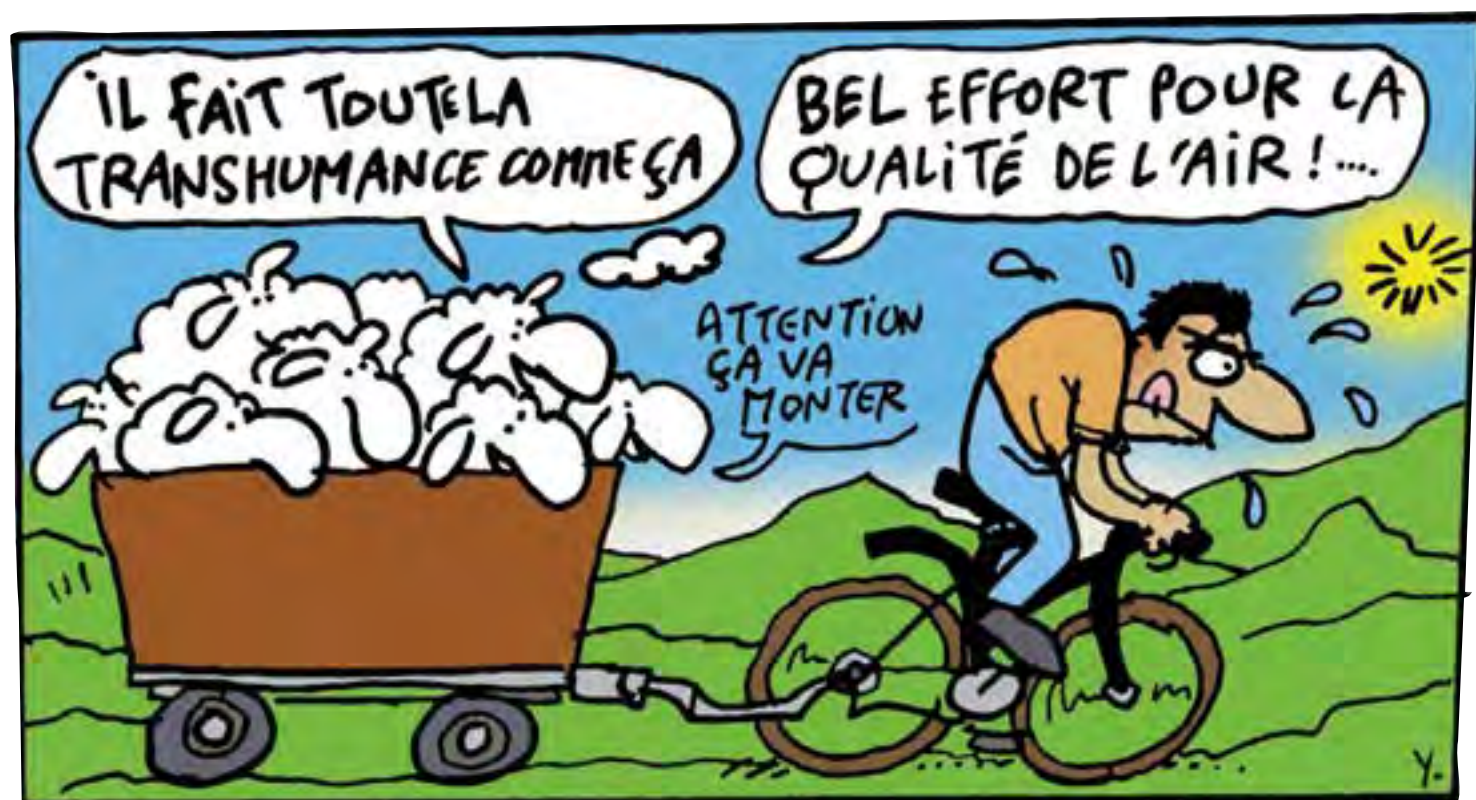
Pour réduire l'impact de l'élevage des ruminants (rejet de méthane) sur l'effet de serre, des chercheurs étudient deux plantes : l'ail et le lin. Elles pourraient en effet diminuer la quantité de méthane rejetée par les vaches. L'ail sera-t-il au goût de nos ruminants ?

VIII ENVIRONNEMENT

→ CONTEXTE

1 La FAO (organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture) a poussé en 2006 un cri d'alarme :

l'activité liée à l'élevage représenterait, au niveau mondial 18 % des émissions de gaz à effet de serre.



Comment réduire les émissions de gaz à effet de serre ?

Des efforts sont faits pour réduire les émissions de CO₂, produites par le tracteur en marche, ou de N₂O.

LES ÉMISSIONS

Un tracteur produit du CO₂ en consommant du carburant. L'éleveur utilise cet engin pour semer, récolter... L'électricité représente une autre source, plus faible, de production de CO₂. Elle est nécessaire pour faire fonctionner les instal-

lations des bâtiments d'élevage, comme la machine à traire. Il y a aussi une production indirecte de CO₂ : les produits achetés par l'éleveur en dehors de l'exploitation, auprès de fournisseurs extérieurs (les engrais, l'alimentation du bétail...). Enfin, autre gaz produit par

l'activité agricole, en plus du méthane érécté par les vaches : le N₂O, dont les émanations sont dues pour 75 % à l'agriculture. On appelle ce phénomène biologique la « dénitrification ». Il provient essentiellement des engrais que l'agriculteur **épand** sur ses terres, comme

2 En France, la part du secteur de l'élevage dans l'émission des gaz à effet de serre s'élève à 11 %.

3 L'élevage émet trois types de gaz à effet de serre : le CO₂, le CH₄ (méthane) et le N₂O (protoxyde d'azote).

Agir contre le méthane rejeté par les ruminants est difficile, mais des actions sont possibles sur les autres.

les engrais de ferme (le **fumier** et le **lisier**) ou les engrais minéraux achetés.

LES SOLUTIONS

Première piste explorée pour réduire l'impact de l'élevage sur l'environnement : les économies d'éner-

gie. Des réglages permettent, par exemple, de réduire la consommation de carburant du tracteur. Il suffit d'adapter sa puissance selon qu'il tire une charrue ou transporte du foin, ou encore de gonfler les pneus. Certains engins roulent à l'huile

végétale, à base de colza ou de tournesol, ce qui permet de rejeter moins de CO₂ dans l'atmosphère. Le bois des haies peut aussi être recyclé comme combustible pour des chaudières spéciales. L'énergie solaire est également récupérée (*lire page X*), tout comme les déjections des animaux, qui doivent être stockées dans des structures étanches afin d'éviter leur dispersion dans l'environnement. Ces déjections seront ensuite utilisées comme engrais.



© www.civ-viande.org/G. Humbert

→ CHIFFRES CLÉS

3 %
de l'énergie directe consommée en France l'est par l'agriculture.

92 %
de l'alimentation des bovins est directement produite par l'éleveur sur l'exploitation agricole, en France.

→ MOTS CLÉS

Épandre

Étendre en dispersant. L'épandage de fumier ou de lisier permet de fertiliser les sols qui produiront les cultures fourragères.

Fumier

Mélange utilisé comme engrais composé des litières (principalement de la paille) et des excréments des animaux d'élevage.

Lisier (ou purin)

Mélange des déjections d'animaux utilisé pour faire de l'engrais.



Pour l'élevage de veaux, près de 75 % des consommations d'énergie en bâtiment servent à chauffer l'eau destinée à la préparation de

l'alimentation des bêtes. À Saint-Sylvestre-sur-Lot (Lot-et-Garonne), l'éleveur Daniel Lestieu utilise depuis 2008 l'énergie solaire. Un projet pilote.

INTERVIEW DE DANIEL LESTIEU, ÉLEVEUR

« De l'eau chaude grâce à l'énergie solaire »

L'élevage de veau consomme-t-il de l'énergie ?

Oui, car nous avons besoin de chauffer l'eau à 75 °C pour reconstituer l'aliment d'allaitement. C'est nécessaire pour réaliser une parfaite dilution du lait en poudre et pour que le lait distribué aux veaux ne soit pas froid. Pour ce chauffage, j'utilise l'énergie solaire.

Quels sont les avantages de l'énergie solaire ?

Les capteurs thermiques, installés sur 112 m² de toiture, nous permettent de faire une économie de 50 à 55 % par rapport à notre ancienne facture de gaz. Nous avons reçu des subventions pour cet investissement, rentabilisé après 6 ou 7 ans.



© www.civ-viande.org/G. Humbert

Comment nourrissez-vous vos veaux ?

Nous leur apportons un seau rempli de lait deux fois par jour, matin et soir. La ration, de 2 litres au départ, augmente jour après jour, jusqu'à 8,5 litres. La dose de lait en poudre croît également, de 200 g à 1,6 kilo.

Combien de temps gardez-vous vos bêtes ?

Je les mène jusqu'à 23 semai-

nes. Ils sont 2 à 5 par box pour respecter leur besoin de vivre en groupe. Je les engraisse particulièrement les 10 dernières semaines, avant qu'on ne les amène à l'abattoir.

Avez-vous une autre activité sur votre exploitation ?

Oui, j'exploite 45 hectares, où je cultive des céréales et du maïs. Je suis aidé par ma femme et, au printemps, par un employé saisonnier.

LA MÉTHANISATION

Une source d'énergie expérimentale

La méthanisation est un processus naturel de dégradation de matières organiques telles que le lisier et le fumier. Pour produire de l'énergie, ces matières sont mélangées à des déchets agroalimentaires (huile de poisson, etc.) ou de municipalités (tontes de pelouse, etc.). Le tout fermente dans des digesteurs, sous l'action de bactéries, pendant 30 jours. Le biogaz (énergie renouvelable) produit par cette fermentation alimente un moteur qui génère chauffage et électricité. Tandis que les résidus sont récupérés pour constituer de l'engrais.

→ LE SAVIEZ-VOUS ?

D'après certains calculs, il faudrait 15 000 litres d'eau pour produire un seul kilo de viande bovine. Ce chiffre prend en compte l'eau de pluie qui tombe sur les prairies. Si l'on s'en tient à l'abreuvement, l'irrigation et à l'eau utilisée pour l'abattage, on obtient alors 200 litres par kilo de viande.

L'UTILISATION DE L'EAU

Au compte-gouttes

Contrairement à une idée reçue, l'élevage ne consomme que 8 % de l'eau utilisée en France. Celle-ci sert principalement à abreuver les animaux. Elle est également utilisée pour nettoyer les bâtiments. S'il ne pleut pas assez, elle permet d'irriguer les cultures destinées à nourrir le bétail. Mais, dans ce cas, les agriculteurs sont équipés de compteurs d'eau, qui leur permettent d'enregistrer leurs prélèvements et de les limiter. Le rôle des éleveurs est par ailleurs primordial dans l'aménagement du territoire : les prairies représentent le récepteur le plus important de la quantité d'eau de pluie tombant sur la France. Ils sont ainsi les gardiens de 40 % de la ressource annuelle en eau du pays !

→ C'EST DINGUE

LE FUMIER

Un produit prisé au Moyen Âge

Au Moyen Âge, le fumier et le lisier étaient volés dans les fermes. Seuls fertilisants que l'on connaissait à l'époque, ils représentaient un bien précieux. Ils sont riches en nutriments essentiels pour les plantes, notamment en azote et en phosphore. Au XII^e siècle, l'abbé de Saint-Denis demandait à ses paysans, entre autres impôts, des pots de fiente de pigeons...

PROTÉGER LES COURS D'EAU

Des règles écologiques strictes

Les éleveurs français sont les champions, depuis 20 ans, du recyclage du fumier et du lisier comme engrais naturel ! La réglementation liée aux déjections animales est très stricte. La priorité : respecter l'eau, l'air et la terre. Il est ainsi obligatoire de stocker le lisier dans des fosses étanches avant de l'épandre sur les champs, où il agira comme un engrais et enrichira le sol en matière organique. Ces mesures sont nécessaires, car, en trop grande quantité, les nitrates, éléments naturels contenus dans les déjections, combinés aux phosphates (entrant dans la composition des lessives, par exemple), peuvent favoriser une prolifération d'algues vertes dans les eaux, on appelle cela l'« eutrophisation ».



© www.civ-viande.org/G.Humbert

→ CONTEXTE

1 Le respect de l'environnement et le développement rural font partie des priorités de la **PAC**.

2 Avec la prime herbagère agro-environnementale (49 à 76 € par hectare), la PAC soutient l'élevage basé

PAYSAGE RURAL

En broutant, les animaux protègent la biodiversité.

ASSURANCE TOUS RISQUES

Les vaches, les chevaux et les moutons sont de véritables tondeuses à gazon qui entretiennent le paysage français ! En broutant, ils aident à préserver les sols de l'érosion (usure). Dans le sud, les troupeaux jouent les pare-feu contre les incendies, en débroussaillant et en maintenant des étendues dégagées. En montagne, ils réduisent le risque d'avalanche : les vastes surfaces d'herbe rase pâturées lors de la **transhumance** retiennent la neige. Les prairies limitent également les inondations, en absorbant le trop-plein d'eau. Enfin, les ruminants font vivre des zones peu fertiles, grâce à la production de viande, de lait, de cuir et de laine.

RÉSERVOIR DE BIODIVERSITÉ

Le sous-sol d'une prairie est peuplé de milliards d'habi-



tants... Les bouses ou le crottin enrichissent la terre et permettent le développement de vers de terre et de nombreux micro-organismes. Comme les animaux ne broutent pas les plantes de la même façon, cela crée de la diversité végétale et donc des habitats variés pour les insectes ! Quand il n'y a plus de prairies, la friche prend leur place, et cette richesse biologique est perdue... Les éleveurs entretiennent ce réservoir de **biodiversité**. En taillant les haies, en entretenant les fossés ou en construisant des murets, ils sont aussi acteurs de ce paysage qui est l'un des attraits touristiques du pays.

→ MOTS CLÉS

PAC

Politique agricole commune, mise en place depuis 1962 par l'Union européenne. Les principales mesures sont le soutien des productions agricoles et le développement rural.

Transhumance

Migration du bétail de la plaine vers les hauts pâturages, dans la montagne, pendant l'été, où ils trouvent en abondance de l'herbe fraîchement poussée.

Biodiversité

Variété des espèces vivantes (plantes, animaux, champignons, micro-organismes...) qui peuplent la Terre. Elle désigne aussi la diversité des races d'animaux d'élevage et des variétés de plantes cultivées.

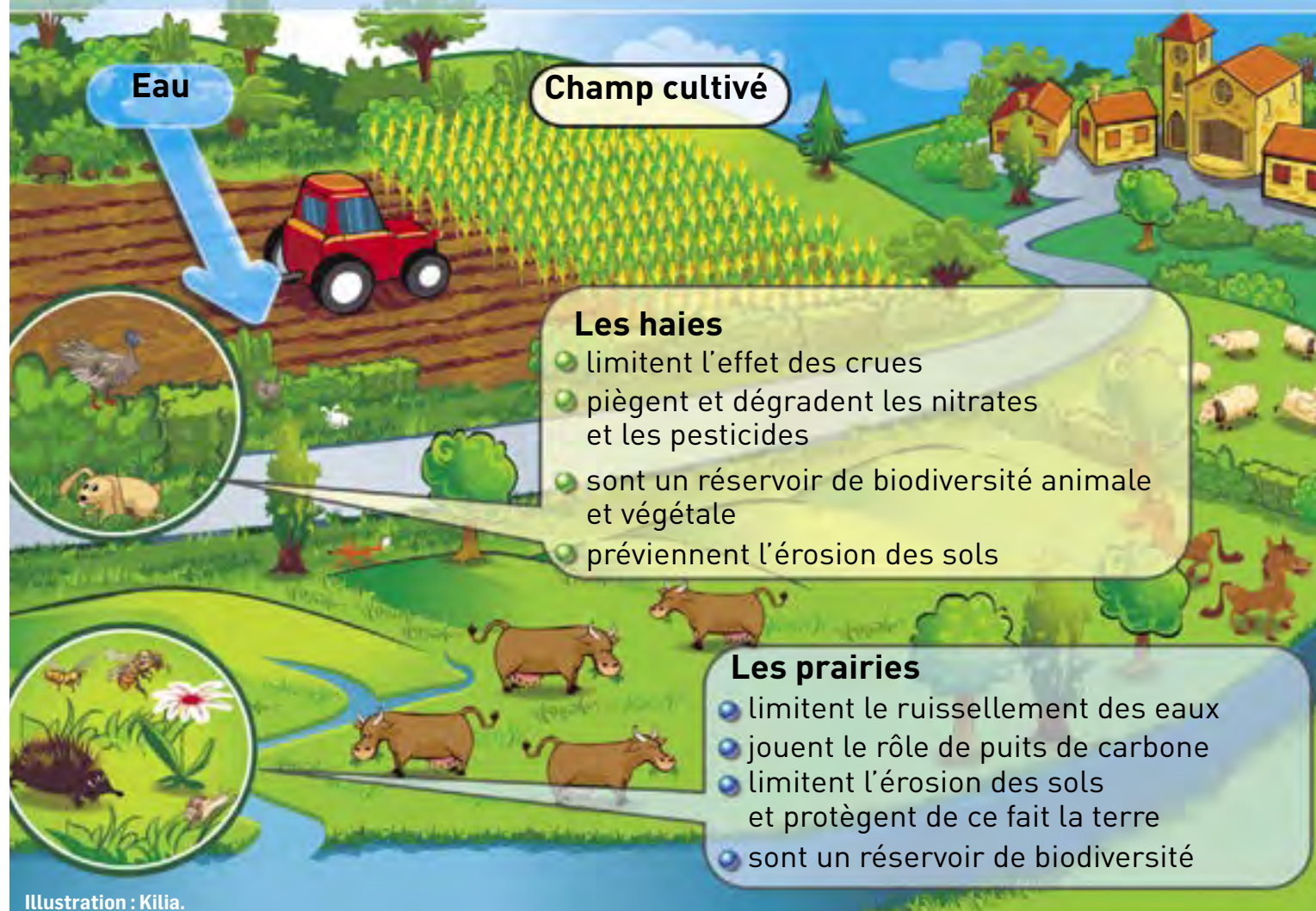
sur l'herbe. En contrepartie, l'éleveur doit limiter les apports d'engrais et de fumier et préserver les haies, talus...

3 Des efforts sont faits pour le maintien des races de ruminants et de chevaux de trait, par

le biais de programmes de conservation des ressources génétiques et grâce à des éleveurs volontaires.

L'ÉQUILIBRE DES TERRITOIRES

La présence de prairies en alternance avec des parcelles cultivées sur l'ensemble du territoire permet de préserver le sol et la qualité des eaux.



→ CHIFFRES CLÉS

25

races bovines, 37 races équinnes (chevaux) et plus de 30 races ovines différentes sont élevées en France.

260

millions d'organismes vivants par m² peuplent un sol de prairie : des vers de terre, des mille-pattes, des champignons...

5

millions d'hectares de prairie, soit 30 % de leur surface ont disparu en 30 ans, en France, face aux difficultés du métier d'éleveur. Elles ont cédé la place aux forêts et aux habitations.

→ CONTEXTE

Depuis 2007, l'octroi des aides de la PAC dépend du respect d'un certain nombre de règles de bien-être des animaux d'élevage. Il existe une vingtaine de critères en matière d'aménagement des bâtiments, de prévention des blessures, d'entretien des animaux.

BIEN-ÊTRE ANIMAL

Du pré à l'assiette, un chemin très réglementé

Après avoir brouté au pré plusieurs mois, voire plusieurs années, ou grandi dans une porcherie ou une étable, les animaux partent à l'abattoir. C'est pour cela qu'ils ont été élevés. Ils sont transportés dans un camion où, sur les longs trajets, ils peuvent boire. Pour éviter tout stress aux animaux, les conducteurs de bétailières suivent des formations pour apprendre à organiser efficacement le chargement et avoir une conduite appropriée. Cette formation est obligatoire depuis 2007. De même, l'arrivée à l'abattoir est très encadrée. Les animaux sont d'abord placés dans un local, la bouverie, où ils peuvent

s'abreuver et se reposer. Les porcs, sensibles au stress, sont arrosés avec un brumisateur s'il fait chaud. Cela les calme. Avant l'abattage, ils sont étourdis, c'est-à-dire plongés dans un état d'inconscience et d'insensibilisation qui rend l'opération d'abattage indolore. L'étourdissement se fait de façon mécanique ou électrique. La saignée, qui consiste à vider l'animal de son sang, entraîne ensuite leur mort. Les abattoirs fonctionnent sous la surveillance des agents des services vétérinaires d'inspection qui s'assurent du respect de la réglementation relative à la protection des animaux au moment de leur abattage.



→ C'EST DIT

« La qualité de la viande est liée au bien-être de l'animal. S'il est stressé [...], la viande ne sera pas bonne. » Christine, éleveuse de porcs dans la Bresse.

INFO

TRAÇABILITÉ

Chaque animal reçoit, par tatouage, sur une boucle accrochée à l'oreille ou par une puce électronique, un numéro qui le suivra jusqu'à l'abattoir. Il indique le pays, le site d'élevage... Ce mode d'identification est le même pour tous les pays européens.



→ LE SAVIEZ-VOUS ?

On appelle « viandes de boucherie » les viandes rouges (de bœuf, d'agneau et chevaline) et les viandes blanches (de veau et de porc). Les Français consomment en moyenne 46 g de viande de boucherie par jour, l'équivalent de 3 portions par semaine (Crédoc, 2007 - données pour les 15 ans et plus).

PEUT-ON MANGER DE LA VIANDE TOUS LES JOURS ?

→ Il est recommandé de manger de la viande, du poisson ou des œufs 1 à 2 fois par jour.

Une tranche de viande dans ton assiette, c'est :

- une **source de protéines**, utiles pour la croissance et la masse musculaire. Quand elles sont d'origine animale, les protéines apportent, en proportion équilibrée, tous les acides aminés indispensables (molécules que l'organisme ne sait pas fabriquer) ;
- du **fer**, qui joue un rôle dans la constitution des globules rouges transportant l'oxygène à tous les organes du corps. Le fer de la viande et du poisson est 5 fois mieux assimilé que celui que l'on trouve dans

les végétaux, les œufs ou les produits laitiers ;

- de la **vitamine B12**, qui participe notamment à la formation de nouvelles cellules. Vitale, elle n'est présente que dans les produits d'origine animale ;
- du **zinc**, antioxydant bien absorbé lorsqu'il provient de la viande. Il protège contre le vieillissement des cellules ;
- un **plat complet** si la viande est associée avec des légumes et des féculents.

DIÉTÉTIQUE

Des lipides certes, mais...

Les lipides, ou graisses, sont indispensables à l'équilibre de notre organisme. Notamment parce que certaines vitamines ne sont stockées et véhiculées que par les lipides. Consommés en excès, ils peuvent être un facteur de prise de poids. Mais la teneur en graisse des viandes varie. Elle dépend davantage du morceau choisi que de l'espèce (bœuf, veau, agneau, porc, viande chevaline). Beaucoup de morceaux contiennent moins de 6 % de lipides. Le rumsteck, le rôti de viande chevaline, la noix de veau ou le filet mignon de porc en contiennent même moins de 4 % !



© www.civ-viande.org/Getty, L. Rouvrais



© www.civ-viande.org/Getty, L. Rouvrais

Un aliment rassasiant

La teneur importante en protéines de la viande permet de se sentir rassasié. Résultat : on sort de table sans avoir faim, et pour longtemps. C'est un bon antidote contre le grignotage entre les repas. La viande, le poisson, les œufs et les produits laitiers représentent les principales sources alimentaires de protéines d'origine animale. La viande permet en outre de varier les recettes, puisqu'il en existe plus de cent morceaux !

AS-TU BIEN LU CE DOSSIER ?

Pour le savoir, teste tes connaissances en répondant aux questions suivantes. Toutes les réponses figurent dans les pages de ce numéro spécial de l'actu.



1 – Quand les vaches rejettent-elles du méthane :

- a – en broutant
- b – en dormant
- c – en ruminant



2 – En quoi la viande est-elle particulièrement riche ?

- a – en protéines
- b – en glucides
- c – en vitamine C



3 – Un troupeau est composé, en moyenne, de combien de bovins ?

- a – 130
- b – 98
- c – 45



4 – Quel est le plat favori d'un ruminant ?

- a – les céréales
- b – le lait
- c – l'herbe



5 – Qu'est-ce qui peut être recyclé en engrais ?

- a – le fumier
- b – la paille de blé
- c – le lisier



6 – Quand les hommes ont-ils commencé à pratiquer l'élevage ?

- a – il y a 100 000 ans
- b – 8 500 ans avant J.-C.
- c – au temps des Gaulois



7 – À quelle famille appartient le bélier ?

- a – les ovins
- b – les bovins
- c – les équidés



8 – Les cochons sont :

- a – herbivores
- b – omnivores
- c – carnivores



Illustration : Kitiia.

Réponses : 1-c ; 2-a ; 3-b ; 4-c ; 5-a et c ; 6-b ; 7-a ; 8-b.

INTERBEV est l'Association Nationale Interprofessionnelle du Bétail et des Viandes, fondée en 1979 à l'initiative des organisations représentatives de la filière bétail et viandes. Elle reflète la volonté des professionnels des secteurs bovin, ovin et équin de proposer aux consommateurs des produits sains, de qualité et identifiés tout au long de la filière. Elle fédère et valorise les intérêts communs de l'élevage, des activités artisanales, industrielles et commerciales de ce secteur qui constitue l'une des premières activités économiques de notre territoire.

plus d'infos sur
la-Viande.fr

l'actu playBac

PRESSE

Play Bac Presse SARL*,
14 bis, rue des Minimes, 75140 Paris Cedex 03 Impression : Realgraphic



Pour en savoir plus
et t'abonner à l'actu,
rends-tol vite sur :

www.playbac.fr/CIV10!

L'actu, c'est chaque jour l'essentiel de l'actualité vite et bien.