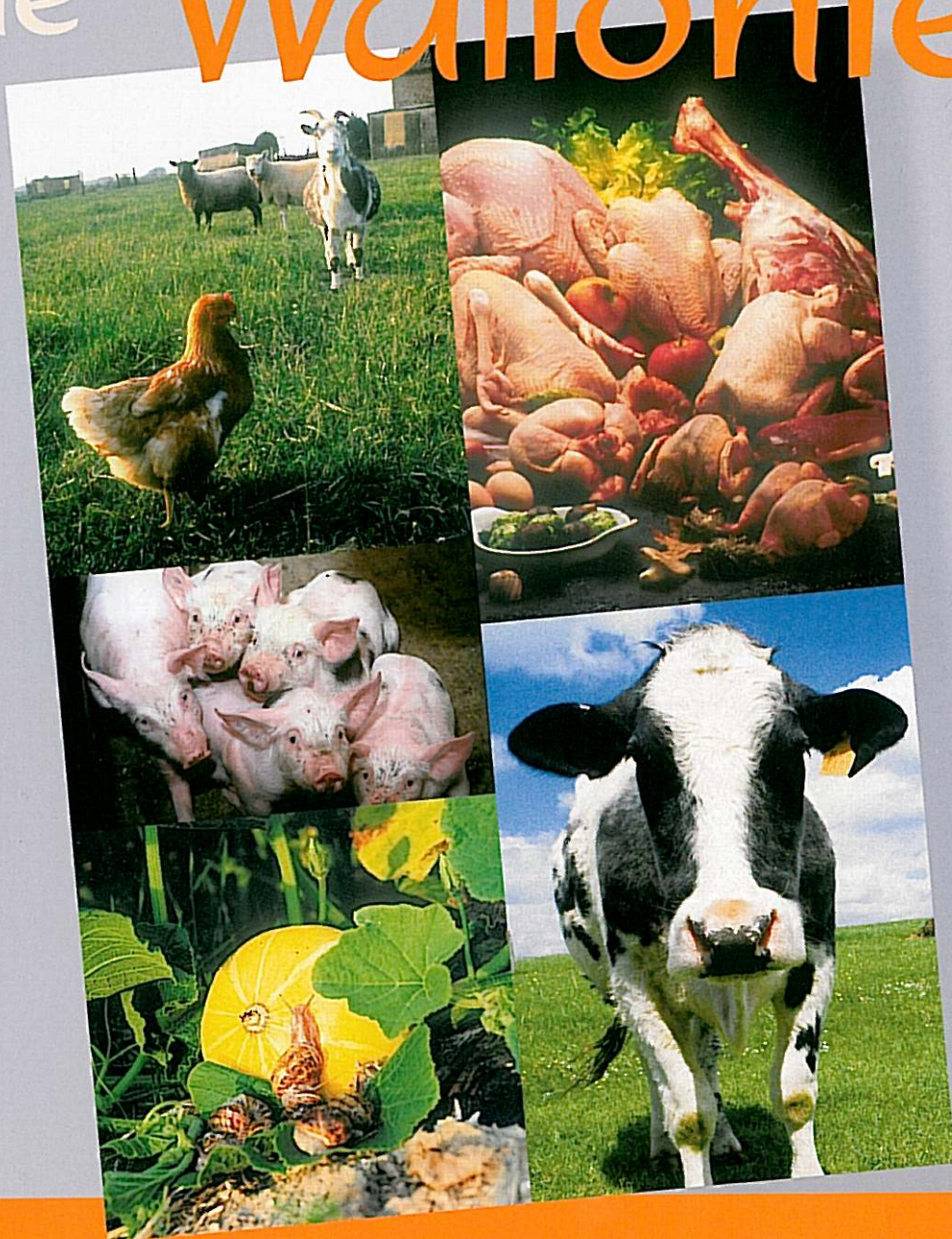


Les produits des élevages de Wallonie



APAQ 

Agence Wallonne pour la Promotion
d'une Agriculture de Qualité

Brochure d'information
pour les écoles d'hôtellerie et
les centres de formation aux métiers de bouche

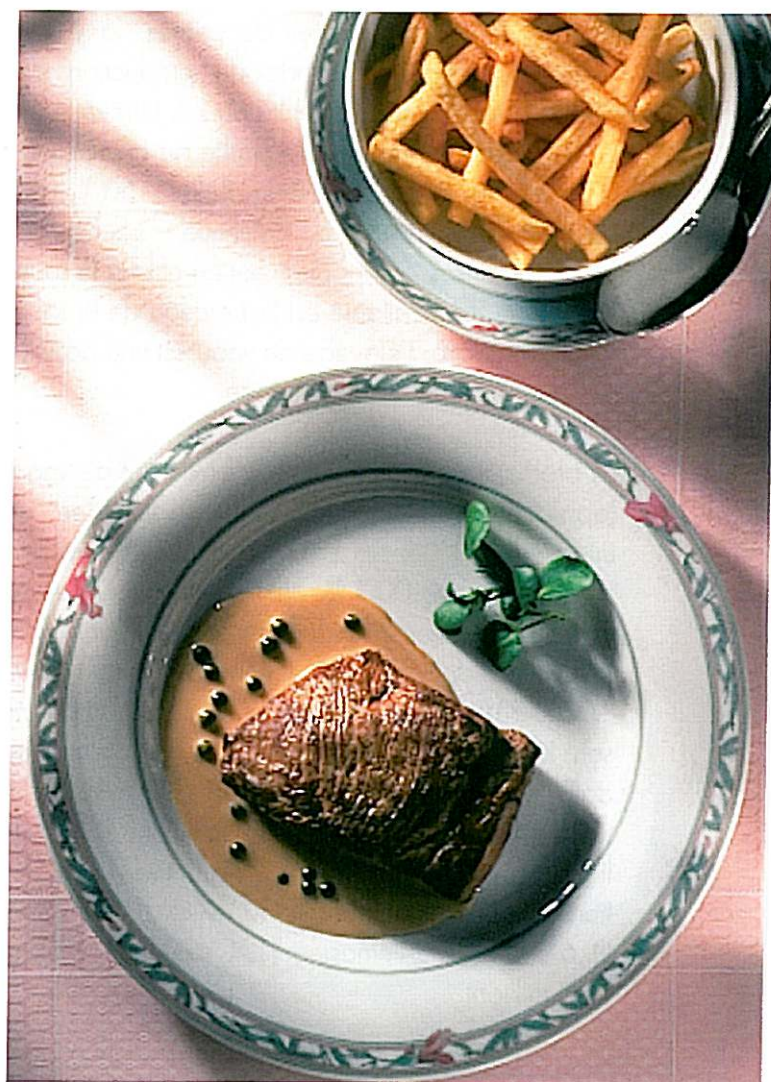
Le bœuf

Si au cours du *xx^e* siècle, le steak-frites a été institué plat national, la viande de bœuf n'a pas toujours fait partie de notre patrimoine culinaire. Au *xix^e* siècle, elle est réservée aux classes aisées et n'apparaît qu'exceptionnellement sur les tables populaires. Il s'agit alors d'une viande coriace provenant d'un vieil animal. Il faut la laisser cuire de longues heures et elle est consommée sous forme de bouilli.

Ce n'est qu'après la Seconde Guerre mondiale que le bœuf se démocratise pour devenir un aliment courant. Sa consommation en Belgique atteint son apogée vers 1975: le belge en consomme alors en moyenne 30 kg par an. Depuis, la consommation de viande bovine connaît une lente érosion. En cause, la diversification des habitudes alimentaires et la concurrence de viandes moins chères (porc et volaille). Et, ces dernières années, les crises alimentaires successives ont jeté le trouble dans l'esprit du consommateur. En 2001, la consommation annuelle de viande bovine (bœuf et veau) en Belgique s'élève à 19,1 kg par personne. Ce qui représente $\pm 20\%$ de la consommation totale de viande.

La manière de consommer le bœuf a aussi connu une évolution au fil des années. Le rythme de vie dans notre société moderne ne laisse plus guère de temps pour la préparation de carbonades à la flamande, de ragoûts, de pot-au-feu et autres plats

mijotés. A côté du steak et de l'entrecôte, les tendances actuelles de consommation de bœuf sont les hamburgers, les préparations pour barbecue (brochettes marinées...) et le filet américain pour garnir les sandwiches. Citons également le carpaccio, constitué de fines tranches de bœuf cru, très en vogue depuis quelques années.



L'élevage bovin en Belgique

En Belgique, le cheptel bovin s'élève à 3 millions de têtes dont 2,3 millions élevées pour la production de viande. Destinée à maintenir les prix au producteur qui s'effondraient en raison de la surproduction, la Communauté européenne a instauré les quotas laitiers en 1984. Cette mesure s'est traduite par une chute constante du cheptel laitier. De plus en plus d'éleveurs se sont alors orientés vers la production de bovins à vocation bouchère.

En instaurant des systèmes de primes, la CE a voulu encourager un mode de production de viande bovine spécialisé et lié au sol. Une réussite en Belgique due en grande partie au développement de la race Blanc-Bleu Belge. 53% des bovins adultes détenus en Belgique – vaches laitières comprises – appartiennent en effet à la race Blanc-Bleu. La Wallonie est le berceau de la race BBB. Par contre, l'élevage de veau est une activité presque exclusivement flamande.

La production totale de viande bovine et de veau (approvisionnement, production, distribution et intermédiaire) génère près de 80.000 emplois. En 2000, 530.000 bovins et 280.000 veaux ont été abattus en Belgique, ce qui représente une production de 275.000 tonnes de viande dont 100.000 ont été exportées. A titre de comparaison, les plus grands producteurs de viande bovine dans le monde sont les Etats-Unis (12 millions de tonnes), le Brésil (6,6 millions), la Chine (5,5 millions), l'Inde (2,9 millions), l'Argentine (2,6 millions), l'Australie et la Russie (2 millions), la France (1,6 million), l'Allemagne (1,4 million) et l'Italie (1,2 million).

Le Blanc-Bleu Belge : la race à viande par excellence

5 races bovines sont officiellement reconnues en Belgique :

- La Pie Noir, la Pie-Rouge, la Blanc-Rouge de Flandre orientale et la Rouge de Flandre occidentale sont des races à vocation laitière.
- La race **Blanc-Bleu Belge** est la principale et doit être considérée comme étant la race viandeuse typique. Sa robe est généralement blanche avec des taches bleues/grises.



La création du herd-book¹ du Blanc-Bleu Belge remonte à 1973. Elle est le fruit du travail de sélection des éleveurs wallons. Dans les années 60, la demande évolue avec l'amélioration du niveau de vie. La demande en viande augmente et le consommateur belge exige des morceaux de premier choix à cuisson rapide, d'une grande tendreté et peu gras. La priorité est désormais accordée au développement de la musculature c'est-à-dire à des bovins de type « viandeux ». Les taureaux présentant une musculature très développée entrent dans les centres d'insémination artificielle. Une rapide transformation s'opère alors : on abandonne l'amélioration de la race « à deux fins » (viande et lait) pour se concentrer sur le développement d'une race « à fin unique », une race à viande.

Par son volume et ses formes rebondies, le sujet obtenu est un animal impressionnant. Il est porteur du caractère « culard » ou « cul de poulain », c'est-à-dire que son arrière-train présente une musculature particulièrement développée. A même poids vif de 600 kg, un « bon viandeux » fournit 100 kg de viande en plus qu'un sujet de conformation moyenne. La viande qu'offre le BBB est de première qualité avec une proportion importante de morceaux nobles (steaks...) et une faible quantité de graisse. Le rendement de la carcasse est de l'ordre de 70%.

Quelques races étrangères sont également élevées dans notre pays pour la production de viande : la Limousine, la Charolaise, la Blonde d'Aquitaine.

Originaires de France (respectivement du Massif central, de Bourgogne et du Sud-Ouest), ces 3 races présentent d'excellentes qualités bouchères. Il s'agit de vaches rustiques s'adaptant facilement à différents climats et d'élevage facile (vêlages, fertilité...).

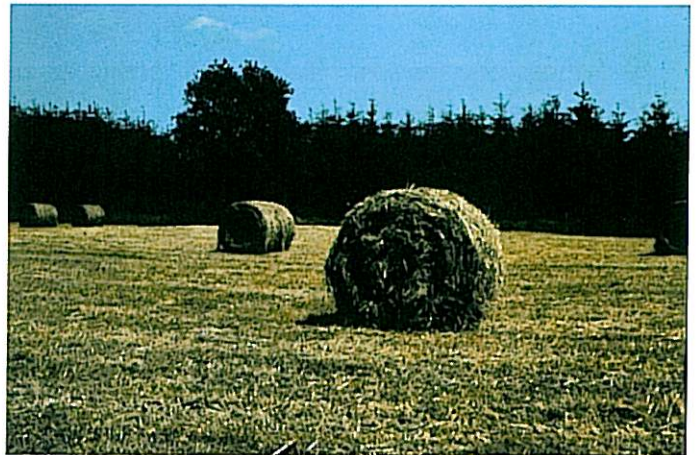
¹ Ce terme anglais signifie « livre de troupeau ». Il s'agit du livre généalogique d'une race bovine.

L'alimentation des bovins

L'alimentation des bovins est composée d'herbe fraîche en été et de fourrages en hiver. Le menu est adapté selon qu'ils sont destinés à la production de viande ou du lait. Le recours aux farines animales pour l'alimentation des bovins est interdite depuis 1994².

En été, les vaches sont mises en prairie où elles broutent l'herbe fraîche (jusqu'à 75 kg par jour). En règle générale, un hectare de bonne pâture suffit à nourrir 3 à 4 vaches. Si l'herbe vient à manquer, par exemple en cas de sécheresse, le fermier apporte un complément fourrager sous forme de foin ou d'un autre herbage. Pour l'automne et l'hiver, les fourrages doivent être conservés.

- Le procédé de conservation le plus courant est le **fanage**. L'herbe, la luzerne ou le trèfle sont fauchés, séchés quelques jours au soleil puis pressés en bottes. Le fermier dispose ainsi d'une réserve de foin pour l'hiver. Depuis quelques années, une nouvelle technique est apparue : la conservation sous vide. L'herbe est légèrement fanée puis pressée sous forme de grosses balles et emballée sous vide dans un film plastique. La courte exposition à la lumière permet de conserver toute la valeur nutritive et le vide d'air empêche toute fermentation. Cette technique s'appelle l'**enrubannage**.
- L'**ensilage** est la méthode de conservation qu'utilise en général l'agriculteur pour offrir au bétail un fourrage de qualité « frais » et appétissant même en hiver. Le fourrage est récolté au moyen d'une ensileuse. Celle-ci le fauche, le hache finement et l'expédie dans une remorque



pour le conduire à la ferme. Là, le fourrage est entassé et couvert d'une bâche de plastique étanche. L'objectif est d'éviter la présence d'air dans le tas. Il en résulte une fermentation conditionnée par l'absence d'oxygène et facilitée par la présence d'un pourcentage suffisant de sucre. Bien conduite, cette fermentation permet de conserver l'aliment mais aussi de sauvegarder son goût et sa valeur nutritive. Dans notre pays, pour nourrir le bétail, les agriculteurs ensilent également le maïs (plante entière qui est hachée) et les sous-produits de betteraves (feuilles et cossettes c'est-à-dire les pulpes qui reviennent de la sucrerie).

² Voir chapitre sur la sécurité alimentaire, pages 57-60.

La viande de bœuf : il y a bœuf... et bœuf!

Autrefois, le mot bœuf désignait un taureau castré. Aujourd'hui, les taureaux ne sont pratiquement plus castrés. Le mot bœuf sert de terme générique pour toute l'espèce bovine. L'appellation « viande de bœuf » regroupe des produits de plusieurs animaux issus de l'espèce bovine abattus à des périodes différentes de leur vie.

Actuellement, la viande de bœuf que l'on trouve dans le commerce provient de 5 catégories d'animaux :

1. **Les taurillons précoces** : mâles non castrés qui ne se sont pas encore accouplés. Pesant entre 600 et 800 kg, ils sont abattus entre 18 et 24 mois. Ils représentent la plupart des Blanc-Bleu Belge que l'on trouve sur le marché. Ce sont des « culards » (arrière-train très musclé) possédant une viande à la fibre fine, généralement très tendre. Ils offrent un rapport viande/os et un rapport muscle/graisse exceptionnels.

2. **Les génisses ou « taures »** : jeunes vaches âgées de 24 à 36 mois n'ayant jamais vêlé. Leur viande est un peu plus grasse, donc en principe plus savoureuse, que celles des taurillons précoces. Peu de génisses sont destinées à la boucherie : leur rendement est plus faible que celui des taurillons précoces. Elles sont surtout destinées à assurer la reproduction de la race.

3. **Les vaches de boucherie** : elles ont vêlés 2 fois et on ne souhaite plus qu'elles se reproduisent. Elles sont abattues vers l'âge de 4 ans. Leur viande est appréciée des connaisseurs.

4. **Les vaches de réforme** : autrefois, il s'agissait de vaches âgées ne pouvant plus se reproduire ou donner du lait. Aujourd'hui, avec l'introduction des quotas laitiers de l'Union européenne, l'âge de la réforme se situe entre 6 et 8 ans. Spécialement engraisées pour leur reconversion, elles fournissent une viande de qualité appréciée.

5. **Les bœufs** : ce sont des taureaux castrés âgés de 30 mois à 4 ans. Leur viande est plus grasse et plus savoureuse que celle des taurillons précoces. De rendement faible (il faut un an de plus pour produire un bœuf en comparaison avec un taurillon précoce), on en trouve peu dans le commerce.

La découpe et les différents morceaux

Chaque pays possède ses traditions pour la découpe des carcasses et pour la dénomination des pièces de viande. Étant donné l'exceptionnelle musculature du BBB, nos bouchers ont développé une découpe appelée **découpe anatomique**. Cet art de la découpe permet de valoriser au maximum les 30% de morceaux nobles supplémentaires que comporte la carcasse des BBB.

LA QUALITÉ DES CARCASSES BOVINES

Savoir apprécier la qualité d'une carcasse de bœuf est une affaire de spécialistes. La vue, l'odorat et le toucher (quand cela s'avère possible) permettront aux professionnels de se faire une idée exacte de la qualité de la viande qu'on leur pro-

pose. La qualité dépend de plusieurs facteurs dont :

- La race : la viande est plus ou moins tendre selon la race ; la viande BBB est réputée pour sa tendreté.
- L'âge chez les jeunes animaux, la viande est plus tendre ; plus l'animal est âgé, plus sa viande sera dure et de couleur foncée.
- Le sexe : à âge égal, la viande du mâle est souvent plus foncée, plus odorante, plus sèche et plus dure.
- Les conditions d'abattage : plus l'animal est stressé, plus sa viande sera dure.
- Le stade de maturation qui détermine la tendreté de la viande.
- L'état de santé de l'animal.
- Le choix judicieux de la technique de préparation : désossage correct, tranchage dans le sens des fibres de la viande...

LA MATURATION DE LA VIANDE

Durant les premières heures qui suivent l'abattage d'un animal, les muscles sont relâchés ; on parle alors d'**état pantelant**.

Progressivement, des liaisons vont se former entre les filaments de la structure musculaire suite à l'épuisement progressif des réserves énergétiques. Ces liaisons vont entraîner un raidissement des muscles ; on parle alors de **rigidité cadavérique**. Chez les bovins, la rigidité maximale est atteinte entre 24 et 48 heures après l'abattage. C'est à ce stade que la tendreté de la viande est la plus faible.

Cette tendreté va évoluer favorablement au cours de la phase de **maturation** de la viande. Sous l'effet d'enzymes, les nerfs et les muscles se détendent. La vitesse de maturation est très variable. Elle varie selon l'espèce : de 5 à 9 jours chez le bovin, de 3 à 4 jours chez le porc, quelques heures pour la volaille.

Les caractéristiques organoleptiques d'une viande

Pour le consommateur, la qualité d'une viande dépend essentiellement de ses organes sensoriels qui lui permettent d'en apprécier la tendreté, la couleur, la flaveur et la jutosité. Ce sont les caractéristiques organoleptiques d'un aliment. L'appréciation de ces critères, bien que subjective, revêt toute son importance dans l'acceptation ou le rejet d'un produit.

La tendreté de la viande est son aptitude à se laisser facilement couper et mastiquer. Elle est souvent considérée comme le premier critère de qualité par le consommateur. Elle dépend de la quantité et de la qualité du collagène, principal constituant du tissu conjonctif entourant les fibres musculaires. Elle varie également selon le degré d'altération des fibres musculaires en cours de maturation.

La couleur est appréciée différemment par le consommateur selon les habitudes alimentaires locales. La couleur de la viande varie en fonction de l'espèce, de son âge et de son sexe. La cuisson modifie la couleur de la viande par dénaturation de la myoglobine rouge qui devient grise. Dans les charcuteries et salaisons, l'utilisation de sel nitrité permet de conserver la couleur rosée de la viande malgré une cuisson prolongée.

La flaveur est l'intégration des sensations perçues par l'odorat et par les papilles gustatives. Elle dépend notamment de la teneur et la nature des lipides déposés dans le muscle.

La jutosité est l'impression d'humidité perçue lors de la mastication d'un morceau de viande. Elle influence la perception de la texture de la viande par le consommateur. Elle dépend du pouvoir de rétention d'eau et de la teneur en lipides de la viande.

Les différents morceaux de viande de bœuf

Le choix des morceaux de viande se fait en fonction du plat à préparer. Afin de faciliter cette sélection, les morceaux de viande sont classés en différentes **catégories** (ou choix). La catégorie dépend de la localisation anatomique du morceau. La différence essentielle entre les morceaux des diverses catégories est leur teneur en **tissu conjonctif**. Plus une viande en est riche, plus sa cuisson devra être longue afin de rendre ce tissu plus tendre. La catégorie n'a donc rien à voir avec la qualité de l'animal et de sa viande.

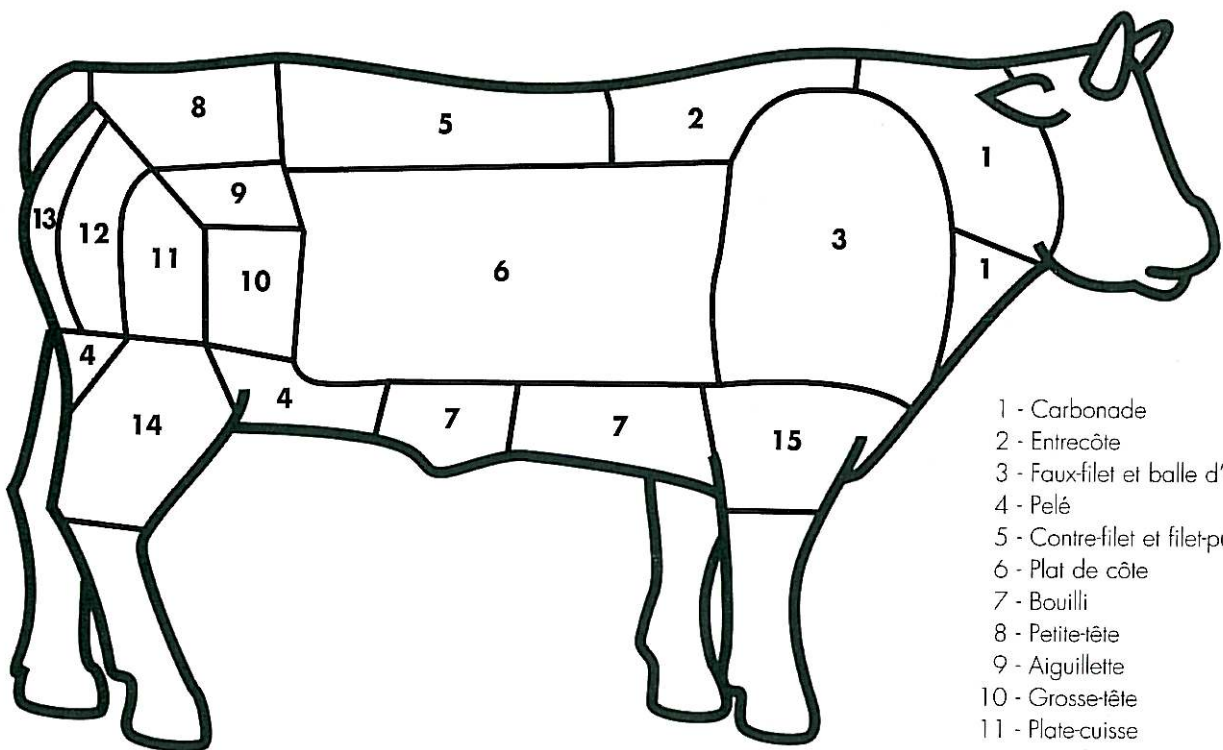
On distingue 3 catégories (ou choix) :

- **1^{re} catégorie** : ces morceaux sont réservés aux cuissons de courte durée au grill ou à la poêle.

Riches en fibres musculaires fines, ils contiennent peu de tissu conjonctif. Dans cette catégorie, on trouve : le bifteck, l'entrecôte, le tournedos, le chateaubriand, le rosbif, la viande pour fondue...

- **2^e catégorie** : ce sont des morceaux destinés à des cuissons plus longues telles que le braisage, la cuisson à l'étuvée, la cuisson à la pression. Ils contiennent une forte proportion de tissus conjonctifs. Citons parmi les morceaux de 2^e catégorie : la plate de côte, le faux-filet, le petit-nerf... Cette catégorie fournit des viandes idéales pour le pot-au-feu ou les carbonades.

- **3^e catégorie** : ce sont des viandes à bouillir essentiellement. Elles comportent une bonne partie de cartilage, d'os, de tissu conjonctif et de graisse. Il s'agit du jarret, de la queue, du bouilli...



- 1 - Carbonade
- 2 - Entrecôte
- 3 - Faux-filet et balle d'épaule
- 4 - Pelé
- 5 - Contre-filet et filet-pur
- 6 - Plat de côte
- 7 - Bouilli
- 8 - Petite-tête
- 9 - Aiguillette
- 10 - Grosse-tête
- 11 - Plate-cuisse
- 12 - Filet d'Anvers
- 13 - Grosse-cuisse
- 14 - Jarret
- 15 - Petit-nerf

Les constituants de la viande

Au sens large, la viande est l'ensemble des parties comestibles des mammifères et des oiseaux. Elle comprend en proportion variable du tissu musculaire, du tissu conjonctif du tissu adipeux.

LE TISSU MUSCULAIRE

Il s'agit du composant le plus important de la viande ; ce qui explique pourquoi on a souvent tendance à l'identifier à la viande. Il est composé d'un nombre considérable de fibres musculaires. Elles sont groupées en faisceaux réunis entre eux par une trame diffuse de tissu conjonctif.

Il en existe 2 grandes familles :

- **Les fibres rouges** dont les teneurs en myoglobine (riche en fer) et en lipides sont plus élevées

- **Les fibres blanches**, dont les teneurs en myoglobine et en lipides sont plus faibles

Ces 2 types de fibres musculaires coexistent dans un muscle. Leurs proportions sont liées à la nature et à l'activité du muscle.

LE TISSU CONJONCTIF

Il entoure les fibres musculaires et contient les vaisseaux sanguins et les nerfs. Il est composé essentiellement de 2 constituants :

- **Le collagène**, constituant principal, représente la protéine animale la plus abondante (on en trouve également dans la peau et dans les os). C'est le collagène qui maintient en place les fibres musculaires. Plus une viande contient du collagène, plus elle sera dure. La dureté dépendra aussi de l'âge du tissu conjonctif. Le vieillissement biologique du collagène est un phénomène normal dans la vie des animaux.

- **L'élastine** assure au sein du tissu conjonctif une fonction d'élasticité. Particulièrement abondante dans les parois artérielles et dans les ligaments des vertèbres, elle est aussi appelée « tissu conjonctif jaune » en raison de sa couleur.

LE TISSU ADIPEUX

La quantité de tissu adipeux (graisses) varie considérablement selon les animaux et les morceaux de la découpe. Le gras périphérique (sous-cutané) doit être distingué de la graisse intramusculaire (persillé) quantitativement moins importante. On reproche souvent à la viande d'être trop grasse, trop riche en acides gras saturés contribuant à la formation de cholestérol. Ce n'est qu'en partie vrai car la viande contient également des graisses insaturées³.



³ Voir chapitre sur les graisses animales, page 56.

Quels morceaux pour quelles utilisations ?

1	Carbonade	Carbonade	Pocher, braiser
2	Entrecôte	Entrecôte, bifteck	Griller, rôtir, sauter
3	Faux-filet	Rosbif	Rôtir, griller, sauter
4	Petit-nerf	Bifteck	Griller, sauter
5	Balle d'épaule	Rosbif, bifteck	Griller, rôtir, sauter
6	Pelé	Bifteck, fondue	Griller, sauter, frire
7	Contre-filet	Rosbif, bifteck	Griller, rôtir, sauter
8	Filet pur	Rosbif, chateaubriand, tournedos	Griller, rôtir, sauter
9	Plat de côte	Bouilli	Pocher, braiser
10	Bouilli		Pocher
11	Petite-tête	Rosbif, bifteck, tournedos, chateaubriand	Griller, sauter, rôtir
12	Aiguillette	Rosbif	Rôtir, griller
13	Grosse-tête	Rosbif, bifteck, fondue	Griller, sauter, rôtir, frire
14	Plate-cuisse	Rosbif, bifteck, américain nature	Rôtir, griller, sauter
15	Filet d'Anvers	Rosbif, bifteck, charcuterie (filet d'Anvers)	Rôtir, griller, sauter, fumer
16	Grosse-cuisse	Rosbif, bifteck, fondue, tournedos	Griller, sauter, rôtir, frire
17	Jarret	Bouilli	Pocher
18	Queue		Pocher, braiser
19	Langue		Pocher, braiser



Bœuf en croûte de sel

Les principaux modes de cuisson

POÊLER

Les meilleurs morceaux de viande pour la cuisson à la poêle sont le bifteck, l'entrecôte, le tournedos et le chateaubriand. La viande doit être poêlée à température ambiante. Si elle sort directement du frigo, elle va cuire trop vite en surface. La taille de la poêle doit être adaptée au(x) morceau(x) à poêler. Dans une poêle trop grande, la matière grasse et le jus de viande brûlent aux endroits non couverts par la viande.

Dans la poêle, la viande doit être déposée lorsque la matière grasse a cessé de mousser. Le morceau de viande doit être saisi des 2 côtés. La cuisson doit ensuite être poursuivie à plus basse température.

La durée de cuisson varie en fonction de l'épaisseur de la viande et fonction du choix des convives (bleue, saignante, à point, bien cuite). Ex. : un morceau de viande de 3 cm d'épaisseur est « saignant » après une cuisson de ± 4 minutes sur les 2 faces. En poursuivant la cuisson durant 2 minutes, la viande est « à point ». Au-delà de 9 minutes, la viande est bien cuite.

RÔTIR

S'il s'agit d'un morceau maigre (ex. : rosbif), il convient de le couvrir de matière grasse afin d'éviter qu'il ne sèche. Pour un morceau plus gras comme l'entrecôte, le côté gras doit être placé vers le haut. Le four doit être préchauffé à 240 °C. Après 15 minutes de cuisson, la température doit être réduite à 180 °C. Il faut compter environ 3 minutes de cuisson par 100 g de viande.



Langue de bœuf à la sauce Madère.

Stade	Consistance	Couleur intérieure	Température à cœur
Bleu	Molle	Rouge	35 à 40 °C (tiède)
Saignant	Un peu plus ferme, légèrement résistante en surface	Rouge/rose	50 à 55 °C
A point	Résistante en surface, moelleuse au centre	Rose (quelques gouttes de sang peuvent perler en surface)	60 à 65 °C
Bien cuit	Ferme	Blanc/gris	70 à 80 °C

Avant la découpe, le rôti doit reposer 5 à 10 minutes afin que le jus se répartisse bien à l'intérieur. La viande doit être tranchée perpendiculairement au sens des fibres musculaires. Les fibres courtes sont ainsi plus tendres à mâcher.

BRAISER

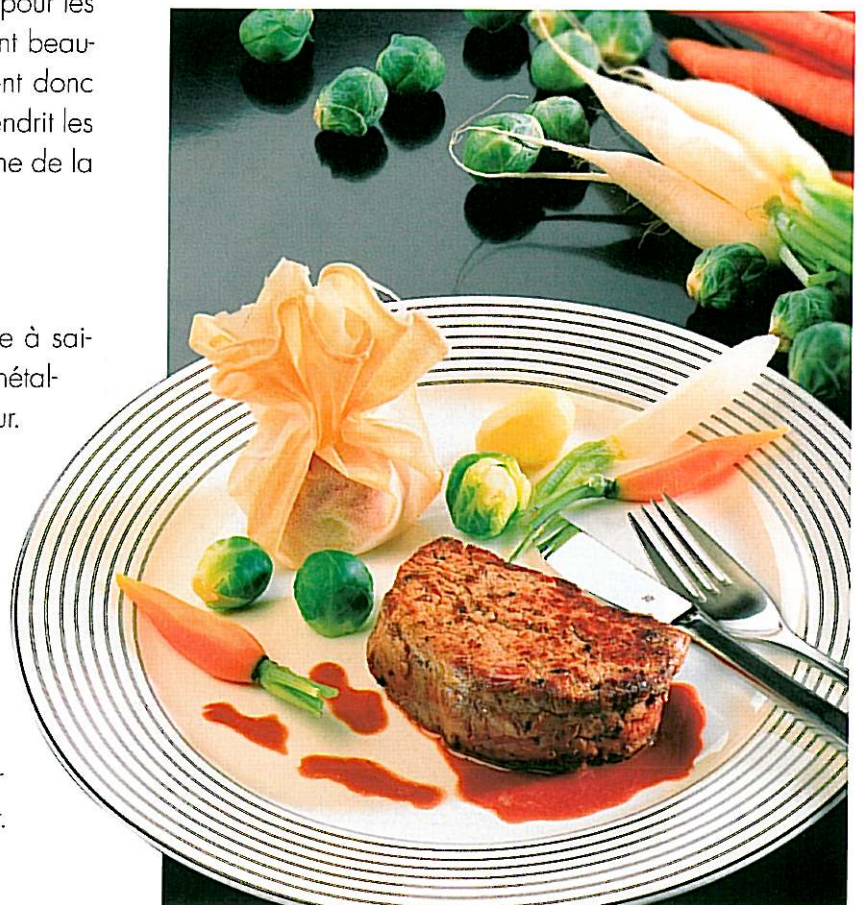
Le braisage consiste à cuire la viande longuement et à feu doux dans un récipient fermé et un peu de liquide. Ce mode de cuisson est conseillé pour les morceaux de 2^e et 3^e catégories contenant beaucoup de tissus conjonctifs et qui nécessitent donc une cuisson longue. La chaleur humide attendrit les fibres les plus dures et en fondant la gélatine de la viande épaissit le jus de cuisson.

GRILLER

La cuisson au gril ou au barbecue consiste à saisir la viande des 2 côtés sur une grille métallique. La viande reste ainsi juteuse à cœur. Plus le morceau de viande est fin, plus elle doit être cuite près de la source de chaleur (à 7 cm de distance pour un morceau de moins de 4 cm d'épaisseur). Les morceaux plus épais doivent être saisis de la même manière mais doivent ensuite être éloignés de la source de chaleur pour la suite de la cuisson. Comme les rôtis, il est préférable de laisser reposer la viande grillée avant de la servir.

SAUTER

Ce mode de cuisson nécessite l'emploi du wok. Celui-ci agit comme une flamme puissante qui chauffe uniquement la zone inférieure de la poêle. Il importe dès lors de remuer sans cesse pour éviter que les ingrédients n'adhèrent au fond. Les ingrédients sont saisis très rapidement sur l'extérieur conservant ainsi tout leur jus. Les fines lamelles et les dés de viande sont les morceaux idéaux pour ce mode de cuisson.



Le veau

L'élevage du veau

La production de veau est liée à la production laitière. Les vaches, pour donner régulièrement du lait, doivent chaque année donner naissance à un veau. Celui-ci est alors destiné à la production de viande de veau ou de viande de bœuf, ou encore, au renouvellement du troupeau.

La viande de veau provient d'animaux âgés de 4 à 6 mois dont le poids vif à l'abattage varie entre 150 et 250 kg. Le « broutard » désigne un veau plus âgé qui a mangé de l'herbe.

On distingue 2 méthodes d'élevage :

- Le **veau d'élevage intensif** : en général, il s'agit de sujets mâles achetés aux éleveurs laitiers entre 8 et 21 jours. Ils sont engraisés pendant \pm 5 mois avec une nourriture lactée (lait écrémé additionné de divers compléments). En raison

des contraintes économiques, ce type d'élevage représente 90 % de la production.

- Le **veau élevé sous la mère** est nourri au pis de la vache deux fois par jour et peut recevoir quelques compléments (œufs, miel...). Exigeant beaucoup de main d'œuvre, ce type d'élevage est généralement pratiqué dans de petites exploitations.

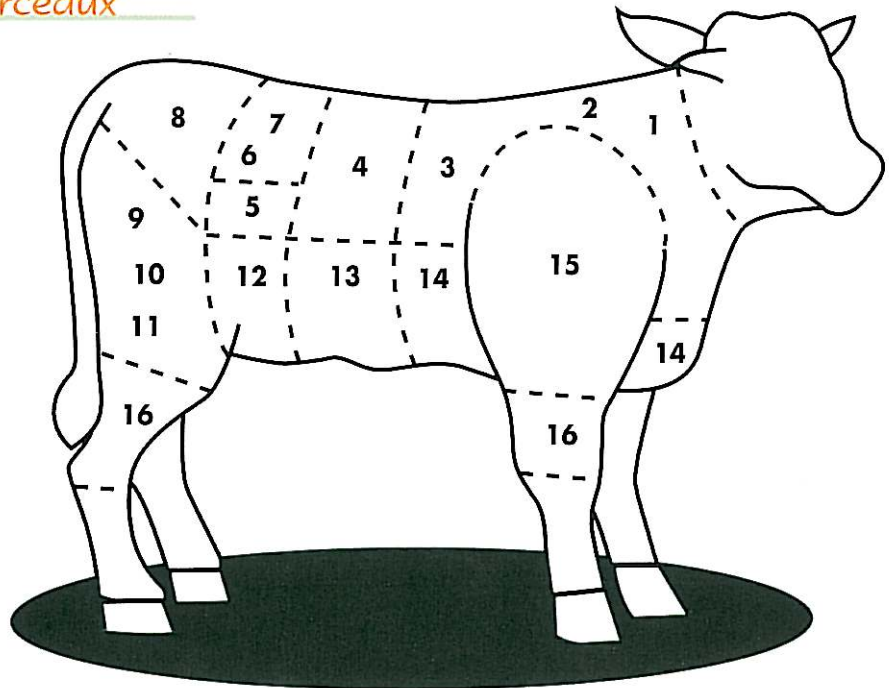
En raison de l'alimentation essentiellement lactée qui est donnée à l'animal, la chair du veau présente une couleur rosâtre. Si la viande est rouge, c'est que le veau n'a pas été uniquement alimenté de lait ou de sous-produits laitiers mais qu'il a aussi mangé de l'herbe, des fourrages ou des grains.

L'élevage de veau est une activité presque exclusivement flamande. Alors que la Belgique compte quelque 38.000 éleveurs de bovins, la production de viande de veau est le fait de 1.300 éleveurs seulement.



Les principaux morceaux

- 1 - Collier
- 2 - Côtes découvertes
- 3 - Côtes secondes
- 4 - Côtes premières
- 5 - Filet
- 6 - Longe
- 7 - Côte filet
- 8 - Quasi
- 9 - Noix
- 10 - Noix pâtissière
- 11 - Sous-noix
- 12 - Flanchet
- 13 - Tendron
- 14 - Poitrine
- 15 - Epaule
- 16 - Jarret



Pour une cuisson rapide, les morceaux du quartier arrière et les côtes sont à privilégier :

- **Le filet** est situé le long des vertèbres lombaires. Très tendre, il est débité en plusieurs morceaux à poêler qui portent le nom de médaillons, grenadins, noisettes ou mignons de veau.
- **Les côtes** sont situées de part et d'autre de la colonne vertébrale. Non coupées, elles sont rôties en carré. Débitées à la pièce, elles sont poêlées ou grillées.
- **La noix, la noix pâtissière et la sous-noix** sont des morceaux tendres souvent préparés sous forme d'escalopes. Ces morceaux permettent également d'obtenir des rôtis.
- **Le quasi** est un morceau charnu, entrelardé et moelleux. Il peut être débité en tranches épaisses ou en escalopes (rôti, poêlé, grillé, braisé). Il permet aussi de préparer les rôtis de veau.
- **La longe** est une viande maigre dont on fait des rôtis désossés ou non.

Pour une cuisson lente, on choisira les morceaux du quartier avant et les jarrets :

- **Le collier**, charnu et maigre, est un morceau économique qui convient pour les plats mijotés notamment pour la blanquette car il demande une cuisson lente et longue.
- **Le tendron** est un morceau entrelardé et cartilagineux généralement braisé ou poché.
- **La poitrine** peut être farcie puis ensuite braisée, pochée ou rôtie. Elle entre également dans la préparation de la blanquette.
- **L'épaule** est généralement commercialisée désossée et parée sous forme de rôtis ficelés.
- **Le flanchet**, morceau moelleux et gélatineux, est recommandé pour la blanquette ou toute cuisson en milieu humide, pochage ou braisage.
- **Les jarrets**, riches en viande et en moelle, sont le plus souvent débités en rouelles pour l'osso-buco.

De tous les **abats**, ceux du veau (**rognons, foie et ris**) sont certainement, en raison de leur finesse, les plus appréciés par les gastronomes.

Le porc

De tout temps, l'abattage domestique du cochon a fait l'objet d'un véritable rite impliquant toute la communauté familiale voire le village tout entier. Le cochon « sacrifié » une ou deux fois l'an fournissait la viande courante. Dans la cuisine ardennaise en particulier, le porc s'est imposé au cours des siècles comme viande de référence. On conservait une partie de l'animal pour l'hiver sous forme de jambons, saucisses, saucissons ou boudins. Le beurre n'était pas d'usage courant. Dès lors, c'était aussi le porc qui fournissait la graisse (saindoux).

Au cours du ^{xx}e siècle, la situation a évolué. L'abattage rituel a peu à peu disparu au fur et à mesure que se sont développés les élevages intensifs. L'aspect et les caractéristiques des porcs ont considérablement changés. La sélection stricte et les nombreux croisements ont permis d'améliorer l'espèce. La viande de porc actuelle est beaucoup plus maigre que jadis.

Tout au long de cette évolution, un élément est néanmoins demeuré constant : le porc occupe toujours une place prépondérante dans notre alimentation. Il représente ± 50 % de notre consommation de viande soit 130 g par jour. A partir de 1950, la consommation de viande de porc a fortement augmenté pour atteindre son niveau le plus haut au début des années 90 avec 52 kg par an. Depuis ce chiffre est retombé à ± 47 kg par an (année 2000).

Cette valorisation du cochon dans notre alimentation occidentale contraste bien entendu fortement

avec le statut d'animal impur dont il pâtit dans certaines cultures. Les religions juive et musulmane font peser sur le porc un fort tabou alimentaire qui, pense-t-on, relève de questions d'hygiène. En réalité, cet interdit repose davantage sur la représentation négative de l'animal que sur la viande elle-même. Dans ces deux religions, le cochon est en effet symbole de l'animalité et de la mixité, à la fois herbivore et carnassier, laid, lubrique, prolifique et agressif. A l'inverse, le cochon bénéficie d'une excellente réputation en Chine à la fois sur le plan culinaire et dans l'imaginaire collectif.

L'élevage porcin en Belgique

Près de 800 millions de porcs sont élevés dans le monde, dont la moitié en Chine. Le cheptel européen est évalué à 124 millions de têtes, les plus grands cheptels étant concentrés en Allemagne, en Espagne et en France.

En Belgique, la production de viande de porc (7 millions de têtes) représente la moitié de la production animale. Elle constitue le principal produit du commerce agroalimentaire belge. Un porc sur trois est destiné à l'étranger. Auparavant, l'élevage porcin se cantonnait dans les exploitations mixtes où il constituait une activité secondaire. Grâce à l'ouverture des frontières, il est devenu un secteur agricole à part entière.

Seuls 5% des porcs sont élevés en Wallonie (± 320.000 porcs). L'élevage porcin est donc essentiellement pratiqué en Flandre, surtout en Flandre occidentale. Ce phénomène s'explique

notamment par le manque de surfaces et la pauvreté des terres dont dispose les exploitations agricoles situées en région sablonneuse.

Les conditions d'élevage

L'élevage porcin consiste en 2 activités : la reproduction et l'engraissement.

On peut distinguer 3 grands types d'éleveurs porcins en fonction de l'une ou l'autre de ces activités :

- **Le naisseur** : il élève des truies mères et garde leurs porcelets jusqu'à 8 à 25 kg.
- **L'engraisseur** : il élève les porcelets de la séparation de la mère à l'élevage du cochon de boucherie.
- **Le naisseur-engraisseur** : il maîtrise toutes les étapes de la reproduction et de l'engraissement.

L'ACTIVITÉ DE REPRODUCTION

La reproduction peut avoir lieu de 10 mois à 4 ans pour le verrat, de 8 mois à 5 ans pour la truie. Les chaleurs durent 2 ou 3 jours et réapparaissent toutes les 3 semaines. La gestation dure en moyenne 114 jours (3 mois, 3 semaines, 3 jours). Sur 2 ans, une truie peut engendrer 5 portées de 6 à 12 porcelets, quelques fois plus.

La reproduction, la gestation, la mise bas, la lactation et le sevrage constituent les différentes étapes, chacune ayant une durée fixe. Les éleveurs procèdent à l'élevage « en bande ». Toutes

les truies sont fécondées durant une même semaine. La mise bas a lieu après 15 à 16 semaines de gestation. C'est une étape délicate car les nouveau-nés sont très fragiles, les mères risquent de les écraser sous leur poids. Les porcelets sont mis dès leur naissance sous des lampes à environ 30°C. Le sevrage se fait vers 4 semaines. L'éleveur laisse à la mère autant de petits qu'elle dispose de mamelles et peut éventuellement affecter les porcelets supplémentaires à une autre mère qui en a eu moins. Au bout de 21 semaines, les truies sont à nouveau fécondables.

L'ACTIVITÉ D'ENGRASSEMENT

La finalité première de l'élevage porcin étant la production de viande, l'engraissement en constitue l'activité fondamentale.

Les qualités d'un porc destiné à l'engraissement sont sa rapidité de croissance et la qualité de sa carcasse. Un porcelet a une croissance rapide et régulière : de 1,5 kg à la naissance, il passe à 100 kg à 6 mois soit 70 fois son poids de naissance. A raison de 1 à 2 kg par jour, il absorbe 300 kg d'aliments en 6 mois.

Lorsqu'ils atteignent 110 à 140 kg, les porcs de croissance sont conduits à l'abattoir.

LA CASTRATION

Les porcelets mâles sont castrés à l'âge de 2 semaines. La castration est réalisée de manière systématique afin de supprimer les problèmes d'odeur sexuelle qui se dégagent lors de la cuisson de la viande de porc mâle.

L'HABITAT

C'est dans les années 60 au Danemark que les premiers élevages intensifs de porcs ont été mis en place. Cette méthode répond au problème du manque de terres agricoles nécessaires pour pratiquer l'élevage extensif (en pâturage).

De nos jours, la porcherie classique est en fait un grand bâtiment chauffé et ventilé conçu pour abriter des centaines d'animaux. Les porcs évoluent le plus souvent sur caillebotis c'est-à-dire un sol fait de lattes non jointives qui permet de recueillir les déjections des animaux sous forme de lisier.

Dans certains pays, les terres dévolues à l'élevage sont suffisamment importantes pour pratiquer l'élevage en plein air. C'est une méthode utilisée pour les truies reproductrices qui disposent d'un abri dans une prairie où elles logent avec leurs porcelets.

L'ALIMENTATION

Avant l'intensification des élevages, les porcs étaient nourris avec les restes d'aliments issus de cuisines collectives, les sous-produits de meuneries, d'abattoirs ou de fromageries. Ainsi est née la réputation du cochon vorace, avide de tout y compris des détritux.

Aujourd'hui, dans les élevages modernes, les rations quotidiennes distribuées aux porcs sont calculées selon leurs besoins et le souci de rendement de l'éleveur. Comme l'homme, le porc est omnivore. Ses besoins couvrent les différentes familles d'aliments :

- Les **céréales** (blé, orge, maïs, avoine et sous-produits) apportent des glucides ainsi que des sources azotées et permettent notamment la production de la graisse corporelle. Les céréales représentent trois-quarts de la ration alimentaire des porcs.

- Les **oléagineux** (colza, soja, lin, légumineuses...) constituent l'apport de lipides et de protéines.
- L'éleveur ajoute à ces aliments un complément d'**azote**, de **vitamines** et de **minéraux**.
- Le porc est en outre abreuvé en **eau** à raison de 10 à 12 litres par jour.

La Filière Porcine Wallonne

Si la production de viande de porc en Wallonie ne représente qu'une petite partie de la production nationale, elle fait néanmoins l'objet d'un développement structuré grâce à la Filière Porcine Wallonne. L'objectif de cette association est d'établir une charte de qualité qui doit constituer le socle commun de la production porcine en Wallonie. Le développement durable constitue la ligne directrice de ce projet, l'accent étant mis sur :

- le respect des contraintes environnementales (gestion des effluents d'élevage, respect du patrimoine naturel et paysager, protection de la nature, bruit, charroi, nuisances olfactives...);
- l'alimentation saine et équilibrée des animaux;
- le bien-être des animaux (logement, transport, abattage), ex. : accès à un parcours extérieur pour les porcs biologiques, interdiction du caillebotis intégral pour les porcs fermiers.

LES DIFFÉRENTES FILIÈRES WALLONNES REGROUPÉES AU SEIN DE LA FPW

- 2 filières respectent un cahier des charges reconnu officiellement et font l'objet d'un contrôle indépendant : le label « **porc fermier** » produit par **Porcs Qualité Ardenne** et **Coprosain** et les **porcs biologiques**.
- 6 marques déposées respectent un cahier des charges privé : **Cérévian**, **Porc des Prairies d'Ardenne**, **Porc Fleuri**, **Porc Aubel**, **Pass'Por**.

Les races porcines en Belgique

L'élevage moderne des porcs est basé sur les croisements. L'objectif de cette technique est de rassembler les propriétés appréciables de plusieurs races dans un seul animal et d'améliorer la fertilité et la vitalité des animaux.

Le porc actuellement le plus répandu en Belgique est le **Landrace**. Il possède une robe blanche sans poils de couleur et sans pigmentation. Son corps est long et sa tête est caractérisée par des oreilles tombantes. Le Landrace est le porc de boucherie par excellence : 65% de viande dont 25% de carré et 25% de jambon. C'est un animal très charnu, riche en viande maigre.

Le porc de **Piétrain** (races à taches noires) est élevé à plus petite échelle. Il se distingue par son



Porcs Piétrain

aspect massif et une forte musculature de l'arrière-train. Il s'agit aussi d'un animal très charnu (\pm 68% de viande), riche en viande maigre. Toutefois, sa croissance est plus lente.



Porcs Landrace.

La viande de porc

LES PRINCIPAUX MORCEAUX

« Tout est bon dans le cochon » est-il coutume de dire. Le porc constitue en effet un produit très polyvalent dont aucune partie n'est perdue. Le porc permet une consommation complète et optimale. Il offre de nombreux morceaux nobles lors du découpage. La viande de porc permet de produire une multitude de denrées alimentaires sous la forme de préparations diverses, de charcuteries ou de produits fabriqués à partir d'une partie spécifique de l'animal

1. **Le jambon** est en général entièrement utilisé dans le secteur de la charcuterie pour produire le jambon cuit traditionnel. Pour ce faire, on injecte une légère saumure qui se répartit uniformément entre les muscles. Après ce traitement, le jambon repose plusieurs jours dans une légère saumure avant de sécher. L'objectif consiste à garantir une répartition égale de la saumure dans l'ensemble des muscles. À côté du jambon cuit, il y a toute la gamme de jambons crus séchés et/ou fumés dont notre célèbre jambon d'Ardenne¹.

2. **Le jambonneau** légèrement salé et fumé est un morceau très savoureux. Accompagné de lard, de

saucisson et de haricots, servi en hochepot avec du chou vert ou intégré dans une soupe aux pois, il confère à toutes ces préparations un goût particulier. Le jambonneau contient beaucoup de tissu conjonctif. Il est dès lors conseillé de l'intégrer dans des préparations à l'étuvée ou des plats d'hiver.

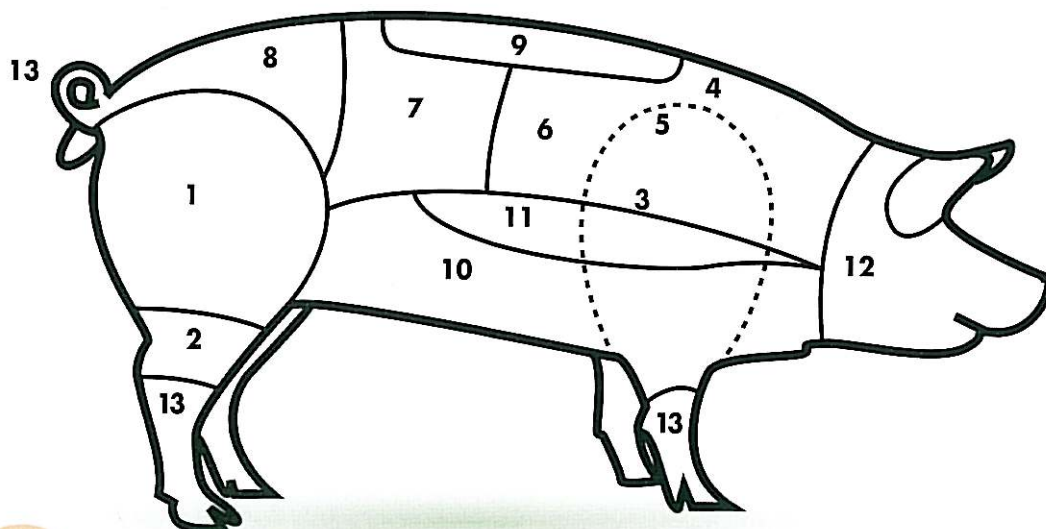
3. **L'épaule** est utilisée à diverses fins : elle peut être rôtie, grillée ou cuite à l'étuvée sur un lit de légumes baignant dans un fond de bouillon. Elle peut également être transformée en haché et en saucisse.

4. **Le spiringue** intervient dans la préparation de charcuteries salées ou fumées. La graisse située entre les tissus conjonctifs peut effrayer certains. Il s'agit pourtant d'un morceau de viande très juteux qui peut être servi en hochepot ou découpés en côtelettes.

5. **Les basses côtes** une fois découpées constituent d'excellentes côtelettes.

6. **Le carré** constitue la base des rôtis. Un carré désossé sera particulièrement bon s'il a encore un peu de graisse et une tranche de lard sur la partie supérieure. Le carré désossé peut aussi être découpé en **filet mignon** ou en **mignonnettes** (spécialité belge). Pour ce faire, on pèle entièrement les muscles de manière à ôter toute la graisse, ce qui fait des mignonnettes des morceaux de viande particulièrement maigres.

¹ Voir page 21.





Mignonettes au citron vert.

7. **Le filet** est un muscle allongé qui contient peu de tissu conjonctif. C'est un morceau particulièrement tendre à rôti au naturel ou mariné. Il faut toutefois veiller à ce que le temps de cuisson soit court et à saisir d'abord la viande sur chacune des faces à une température élevée afin qu'elle reste juteuse.

8. **Le gros-filet** peut être rôti, grillé ou coupé en dés pour la fondue.

9. **Le lard de dos** est transformé en saindoux et en saucissons secs (salamis). C'est en outre un ingrédient indispensable au bardage de nombreux plats (gibiers, rôtis...) afin de prévenir le dessèchement.

10. **La poitrine** constitue le lard maigre lequel est le plus souvent légèrement salé ou fumé.

11. **Le travers** est la partie supérieure de la poitrine. Il s'agit d'une bande longue et étroite avec

des bouts de côtes entourées de viande et de gras. Morceau particulièrement apprécié sous forme de spare-ribs.

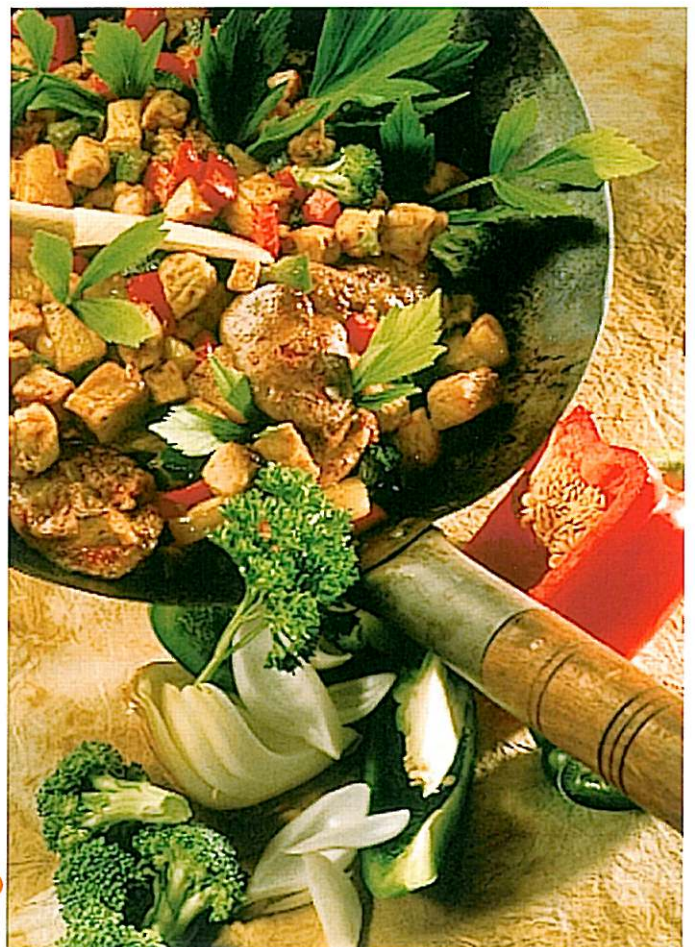
12. **La tête et la joue** forment le collier. Elles entrent par exemple dans la préparation de la tête pressée et d'autres charcuteries.

13. **Les pieds et la queue** sont utilisés dans de nombreuses préparations à base d'abats (ex. : andouillette).

Les abats (foie, rognons, langue) peuvent être consommés cuits tels quels ou incorporés dans diverses préparations (pâté pour le foie, hure pour la langue...).

La langue entre dans la préparation de la tête pressée. Elle peut aussi être cuite accompagnée par exemple de sauce madère.

La crépine entoure l'estomac et le système intestinal du porc. Elle est utilisée comme enveloppe à diverses préparations : crépinettes, pain de viande, pâtés...



LA VIANDE HACHÉE ET LES SAUCISSES

Par viande hachée, on entend de la viande fraîche hachée ou moulue de porc, de bœuf, de veau, de mouton... La viande ne peut avoir subi aucun traitement visant à faire coaguler les protéines. Les différentes sortes de hachés peuvent par contre avoir été mélangées et assaisonnées de sel, de moutarde, d'épices et d'herbes. A côté du nom « haché » ou de « viande hachée » doivent figurer l'espèce ou les espèces animales dont provient la viande. S'il s'agit d'un mélange de différentes sortes de hachés, le nom des espèces animales doit être indiqué dans l'ordre décroissant de leur importance. Ex. : « haché de porc et de bœuf » : mélange de haché de porc et de bœuf contenant davantage de haché de porc que de haché de bœuf. La législation fixe par ailleurs un pourcentage minimal de protéines dans la viande ainsi qu'une teneur maximale en matières grasses.

Le « haché préparé » et les « hamburgers » sont deux appellations autorisées pour la viande hachée fraîche à laquelle un ou plusieurs ingrédients ont été ajoutés (ex. : sel, moutarde, épices, œuf, chapelure...). Un mélange de haché préparé ou un hamburger doit au moins contenir 70 % de viande hachée pure.

La saucisse fraîche consiste en de la viande hachée préparée ou non poussée sous boyau ou enveloppe naturels. Le nom de l'espèce ou des espèces animales doit(vent) être mentionné(s) de nouveau dans l'ordre décroissant de leur importance.

Pour le haché et la saucisse fraîche, seuls les additifs acide ascorbique et acide citrique sont autorisés en petites quantités. Ils ont pour but de freiner le processus de décoloration lorsque la viande entre en contact avec l'air. Ce sont des additifs naturels et sans danger pour la santé.

Les charcuteries

L'assortiment de charcuteries de porc est infini. Citons les grandes catégories :

- **Les saucissons cuits** : mortadelle, saucisson au jambon...
- **Les saucissons secs** : salami, saucisson fumé d'Ardenne...
- **Les boudins** : blanc, noir (préparé avec le sang du cochon) et toutes les variantes (au chou, aux raisins...)
- **Les pâtés tartinables**
- **Les charcuteries fines cuites** : différentes sortes de pain de viande
- **Les charcuteries cuites et séchées** : jambon d'Ardenne, noix, bacon...



Gros plan sur le jambon d'Ardenne

Le séchage s'effectue à l'air libre. 2 à 3 mois minimum sont nécessaires pour un jambon entier.

Séché, puis fumé dans l'âtre, le jambon a longtemps été considéré par l'Ardennois comme un de ses biens les plus précieux. Aujourd'hui, c'est le plus souvent la Flandre qui fournit la matière première. Mais les techniques de fabrication restent authentiques et fidèles à la tradition.

Le salage consiste à enduire le jambon préalablement découpé de gros sel additionné d'épices. Une fois le temps de salage écoulé, le jambon est abondamment lavé pour éliminer les 2/3 de sel durci.

La maturation s'étend sur une période de 2 à 6 mois.

Le fumage est réalisé par la combustion lente de sciure de hêtre et de chêne. Cette opération dure

de 1 à 3 semaines en fonction de la masse du jambon.

Reconnu officiellement au niveau national en 1974, le jambon d'Ardenne bénéficie depuis 1996 de la reconnaissance européenne sous la bannière IGP (Indication géographique protégée). Le jambon doit présenter une certaine notoriété qualitative et historique (savoir-faire ancestral). La réglementation ne porte pas sur l'origine de la matière première mais bien sur le processus de fabrication. Le jambon d'Ardenne doit être produit dans une aire géographique déterminée à savoir en province de Luxembourg et certains cantons des provinces de Liège et de Namur. Les différentes étapes de fabrication sont aussi rigoureusement réglementées par un cahier des charges. Les vrais jambons d'Ardenne sont porteurs d'un scellé d'authenticité.



Le jambon est enduit de gros sel.

L'agneau

Le mouton est un animal d'élevage particulièrement apprécié pour la diversité des produits qu'il fournit. Il est l'animal domestique le plus largement distribué : on le trouve dans presque tous les pays. Il s'adapte bien à différentes conditions de vie. Plus de 800 races de moutons domestiques ont été développées pour s'adapter à des environnements allant du désert aux tropiques.

L'élevage ovin est présent partout en Europe, la Grande-Bretagne, l'Espagne et l'Italie demeurant les plus gros producteurs. Quant au marché mon-

dial, il est dominé par les exportations de viande d'agneau en provenance d'Australie et de Nouvelle-Zélande.

A côté de la production de viande, on trouve encore dans certaines régions du monde des élevages spécifiques consacrés :

- à la production laitière généralement pour la fabrication de fromages de brebis : roquefort dans le Sud-Ouest de la France et feta en Grèce par exemple.
- à la production de laine en Australie, Nouvelle-Zélande, Amérique du Sud et, dans une moindre mesure, en Espagne.



La consommation

La consommation de viande ovine présente encore souvent un caractère festif. De nombreuses fêtes religieuses, chez les chrétiens, les musulmans et les juifs comportent un repas à base de viande d'agneau ou de mouton¹.

La viande d'agneau est incontournable dans la cuisine du Maghreb (méchoui, couscous, tajine). Quant aux Britanniques, ils sont réputés pour avoir le plus grand nombre de recettes en la matière.

En Belgique, la consommation de viande d'agneau ne fait pas à proprement parler de la culture alimentaire, ce qui explique certainement le faible taux de consommation. La tendance est cependant à la hausse. Entre 1950 et 2000, la consommation est passée de 0,5 kg par an et par habitant à 2 kg. L'agneau est de plus en plus présent, pratiquement toute l'année dans les menus des restaurants et, en période estivale, sur les grilles des barbecues familiaux.

L'élevage ovin en Belgique

Avant d'être une terre d'élevage bovin, l'Ardenne avait une tradition ovine bien développée. Au début du XIX^e siècle, on comptait davantage de moutons que de vaches dans le sud du pays. A cette époque, la production ovine mettait en valeur des terres de moindre qualité et était essentiellement tournée vers la production de laine. Au fil du temps, cette tradition ovine a disparu.

A l'heure actuelle, on peut distinguer 3 formes d'élevage ovin en Belgique : l'élevage amateur, l'élevage comme activité professionnelle secondaire et celui pratiqué à titre principal. En 2000, le cheptel

total s'élève à 160.000 animaux dont environ 50.000 en Région wallonne, ce qui fait de cette production un secteur économique peu important en regard des filières bovine, porcine et avicole.

L'élevage jouit néanmoins d'un bon encadrement technique en Belgique et notamment en Wallonie grâce à « l'Agneau Pastorale », marque collective encadrée par la Fédération Interprofessionnelle Ovine et Caprine Wallonne.

La bannière « Agneau Pastorale » rassemble plusieurs groupements d'éleveurs d'agneaux wallons. Les conditions d'élevage et d'abattage de ces agneaux répondent à un cahier des charges précis :

- ils doivent être nés en Wallonie ;
- leur alimentation doit être d'origine végétale et issue de l'exploitation ;
- l'abattage a lieu avant l'âge de 12 mois selon les normes en vigueur en matière de traçabilité.



L'ÉLEVAGE D'AGNEAU DE BOUCHERIE

Autrefois, la viande d'agneau n'était disponible qu'à certains moments précis de l'année, notamment pour fêter Pâques (période naturelle d'agnelage). Aujourd'hui, les agnelages sont plus étalés ; ce qui permet de répondre à la demande des consommateurs pratiquement toute l'année. On distingue 2 grands types d'élevage :

L'élevage extensif des agneaux d'herbe

Les agneaux sont élevés avec leur mère pendant quelques semaines. Lorsqu'ils sont sevrés, ils évo-

¹ Voir chapitre relatif au sacrifice et à la célébration de l'Aïd El Adha, page 25.

lvent essentiellement sur des pâturages qui assurent l'essentiel de leur nourriture.

L'élevage intensif des agneaux de bergerie

Les animaux débutent aussi leur existence avec leur mère. Ils sont généralement sevrés plus tôt et parfois allaités artificiellement. Ils sont ensuite nourris avec des fourrages séchés, du maïs ensilé ou des tourteaux (résidus d'extraction de l'huile) de soja. Ils restent en bergerie.

Les races de moutons en Belgique

Le **Texel** est de loin la race la plus répandue dans nos campagnes ($\pm 70\%$). D'origine néerlandaise, le Texel présente une forte musculature, des pattes blanches, une large et courte tête blanche avec un museau foncé. Les agneaux constituent d'excellents animaux de boucherie.

Citons quelques autres races rencontrées dans notre pays : le **Suffolk** (tête et pattes noires), le **Bleu du Maine** (tête et pattes bleu foncé), le **Hampshire** (tête et pattes couvertes de laine, oreilles noires).

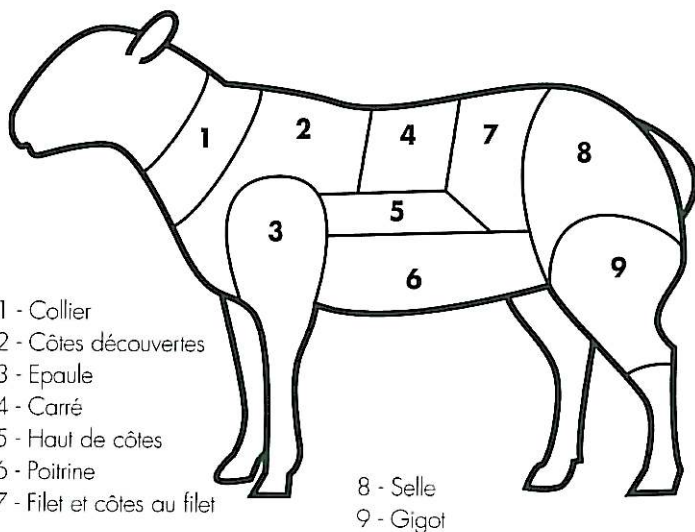
La viande d'agneau

En matière de viande ovine, c'est surtout l'agneau qui est consommé dans notre pays, le mouton trop fort en goût est généralement peu apprécié.

Durant 4 à 6 semaines, lorsqu'il tète encore, l'agneau est dit « de lait ». Certains considèrent ce stade comme étant d'une extrême délicatesse ; d'autres lui reprochent de manquer de consistance et de goût. Le statut d'agneau est conservé jusqu'à 12 mois. Mais, on peut considérer que l'âge idéal d'abattage est 6 ou 7 mois. C'est du reste à cet âge que sont abattus et commercialisés la plupart des agneaux de la filière « Pastorale ».

LES PRINCIPAUX MORCEAUX DE L'AGNEAU

- **Les côtes** : le thorax de l'agneau compte 13 paires de côtes. Non découpées, elle forment le carré d'agneau. Débitées à l'unité, elles constituent les côtes destinées à être grillées. Les côtes d'agneau sont souvent coupées en 2.
- **Le filet d'agneau** est le morceau le plus tendre et aussi le plus cher. Il s'agit en fait de 2 morceaux longs et étroits situés de chaque côté de l'échine. En général, ils sont débarrassés de leur graisse. Les filets sont généralement cuits rapidement et à feu vif.
- **Le gigot** est la cuisse arrière de l'animal. Un gigot entier comprend 2 parties : le **gigot raccourci** et la **selle**. Entière, la selle permet de préparer un excellent rôti. Coupée en tranches, elle fournit des **turnedos d'agneau**.
- **L'épaule** peut être entière ou désossée et roulée pour être rôtie ou coupée en morceaux pour la préparation de navarin (ragoût de mouton) ou de brochettes. C'est un morceau moins cher que le gigot.
- **Le collier** est le cou de l'animal. C'est un morceau économique qui doit cuire longtemps à petit feu (plats mijotés). Le collier est idéal pour donner du goût aux préparations de légumes (ex. : couscous).





Selle d'agneau.

- **La poitrine**, partie basse du corps de l'animal, est un morceau riche en os et en cartilages. Ce morceau est surtout destiné à des préparations nécessitant une longue cuisson.
- **La viande hachée** : en général, ce sont les parties du cou, de la poitrine, de l'épaule ou du gigot qui sont utilisées pour obtenir de la viande hachée d'agneau. Mélangées à la viande hachée de bœuf, celle-ci sert entre autres à confectionner les **merguez**.



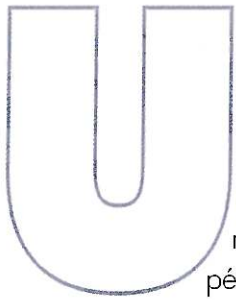
Côtes d'agneau aux chicons braisés.

Le sens du sacrifice

Souvent, le bétail a fait l'objet de sacrifices. Le mouton a tout particulièrement été choisi pour ces offrandes rituelles, depuis les Grecs déjà. Il tient d'ailleurs un place importante dans les trois grandes religions monothéistes pour son rôle dans la mise à l'épreuve d'Abraham par Dieu, rapportée dans la Genèse et plus tard dans le Coran. Dieu demanda à Abraham de lui sacrifier son fils pour lui prouver sa soumission. Alors qu'Abraham s'apprêtait à égorger son enfant, Dieu l'arrêta et lui envoya un mouton pour qu'il l'égorge en lieu et place de son fils.

L'Islam a conservé une trace vivante de ce sacrifice dans la célébration de l'Aïd El Adha ou Aïd El Kibir. Cette fête traditionnelle, manifestation religieuse et sociale très importante qui a lieu chaque année 2 mois et 10 jours après la fin du Ramadan, commémore la soumission d'Abraham. Traditionnellement, chaque famille qui en a les moyens sacrifie son mouton après l'avoir choyé pendant plusieurs jours. Le mouton est alors tué selon le rituel musulman réputé pour épargner de longues souffrances : l'animal est égorgé d'un seul coup d'une lame parfaitement acérée.

La conservation de la viande



Une viande mal conservée ou mal préparée pourra mettre en péril la santé du consommateur. Il existe plusieurs procédés de conservation des viandes.

Pour la viande en carcasse, une conservation de courte durée (10 à 15 jours) est assurée par une réfrigération entre 0°C et 2°C en atmosphère sèche. La viande doit être suspendue à des crochets.

Pour une viande préemballée, la cellophane recouverte extérieurement d'un vernis assure une conservation correcte de la viande fraîche pendant 1 à 2 jours à une température de 2 à 4°C.

Une viande hachée sera conservée au maximum 24 heures si elle est destinée à la cuisson. En cas de consommation crue, en filet américain ou en carpaccio par exemple, elle sera servie dans les 12 heures après le hachage.

La congélation est un bon moyen de conserver les viandes. Elle s'effectuera dans des congélateurs*** (température comprise entre -18 et -25°C). Cependant, à la longue, les propriétés organoleptiques se modifient : brunissement de la myoglobine (le pigment rouge du muscle) et rancissement des graisses. La durée maximale de conservation à -18°C est de 12 mois pour les morceaux de viande et de 6 mois pour les viandes hachées. Une viande dégelée ne peut être recongelée si elle n'a pas subi un traitement à la chaleur.

Une viande cuite sans sauce ne peut être conservée au réfrigérateur que si elle est cuite séparément de la sauce.

En collectivité, maintenir une viande à une température inférieure à 65°C entraîne le développement de germes parfois très dangereux. Avant toute manipulation de viandes, il faut se laver les mains avec du savon. Il convient d'éviter de couper la viande sur un support en bois. Celui-ci n'étant pas étanche, il absorbera des éléments et des germes potentiellement dangereux pouvant s'y développer.

Concernant les morceaux de viande emballés sous-vide, ils peuvent être conservés à une température comprise entre 0 et 2°C durant 3 semaines maximum après la date d'emballage.

Les volailles

Le poulet

En raison de la facilité d'élevage, de son faible coût, de ses qualités nutritionnelles et des innombrables possibilités culinaires, le poulet est la viande la plus consommée dans le monde. Et on prévoit que cette consommation va encore sensiblement augmenter dans les prochaines années. Le Belge en mange en moyenne 18 kg par an.

Cependant, le poulet n'a pas toujours été la viande « bon marché » que nous connaissons aujourd'hui. Avant la Seconde Guerre mondiale, il s'agissait d'un plat de luxe uniquement consommé les jours de fête. La tendance s'est ensuite inversée. Devenu un produit de consommation courante à partir de 1950, le poulet s'est vu très fortement dévalorisé suite à l'industrialisa-



tion de l'élevage dans les années 70 et 80 et l'épisode du poulet aux hormones.

En Belgique, la consommation de poulet se maintient en dépit de la crise de la dioxine qui a frappé ce secteur en 1999. Cet épisode a fait émerger chez les consommateurs une nouvelle tendance, celle de différencier les poulets en fonction de leur mode d'élevage : industriel, labellisé, bio...

Dans notre pays, l'élevage des poulets de chair est presque exclusivement (95%) localisé en Flandre, les principaux centres de production étant situés en Campine. L'élevage de poulets de chair tend néanmoins à se développer en Wallonie notamment avec la mise en place de filières de qualité.

Les différents types d'élevage

Une **race** de poulets regroupe un ensemble d'animaux présentant les mêmes caractéristiques extérieures (forme de la crête, couleur de la peau, présence de plumes ou non sur les pattes...).

Une **souche** rassemble des animaux issus de croisements visant à obtenir des poulets qui présentent des qualités de carcasse et de viande adaptées à certains modes d'élevage. Concrètement, on trouve dans le commerce des poulets issus de 4 types d'élevage : le poulet standard, le poulet de marque, le poulet label et le poulet bio.

- **Le poulet standard** est le poulet issu de l'élevage intensif. Sa durée de vie est de 6 à 7 semaines. Les poulets « standard » sont élevés dans de grandes installations. Ils vivent en claustration à raison de 20 poulets/m².

- **Le poulet de marque** est abattu à l'âge de 8 semaines. Les conditions d'élevage sont assez comparables à celles du poulet standard si ce n'est que la concentration au m² n'est plus que de 16 poulets au lieu de 20.

- **Le poulet label** est protégé par un label officiel et son élevage répond à des conditions strictes. Le poulet label doit appartenir à une souche de croissance lente. La densité de population au m² dans le poulailler ne peut excéder 11 individus et, dès l'âge de 6 semaines, le poulet (ou la poularde) doit pouvoir s'ébattre librement en prairie (2 m²/poulet). La taille des poulaillers ne peut excéder 400 m² ce qui limite la population à 4.400 poulets. En ce qui concerne la nourriture, celle-ci doit comporter au minimum 70% de céréales, de pois et de soja.

L'abattage du poulet label ne peut avoir lieu avant 81 jours soit plus du double d'un poulet standard pour atteindre en définitive un poids pratiquement identique. Ce qui explique le prix plus élevé du poulet label :

± de 3 à 4 €/kg pour un poulet standard

± 7,5 €/kg pour un poulet label

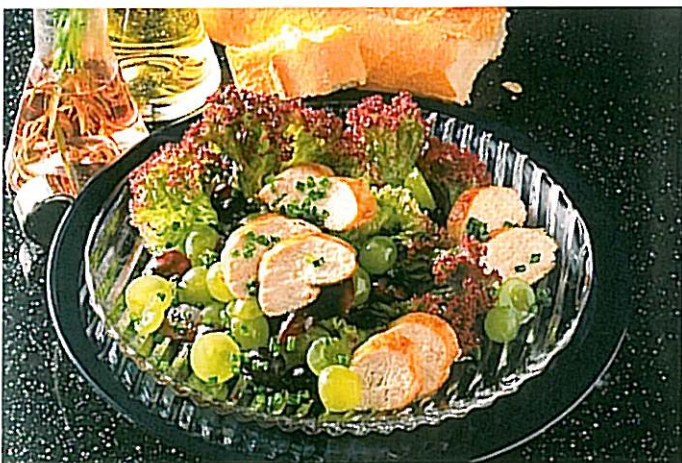
- **Le poulet bio** connaît des conditions de vie analogues à celles du poulet label. La densité dans le poulailler est fixée à 10 poulets/m² et la densité du parcours extérieur est de 4 m²/poulet. L'alimentation fournie aux volatiles doit être biologique.

L'étiquetage

L'étiquette d'un poulet n'est pas en soi une garantie absolue de qualité. Voici un petit inventaire des mentions que l'on peut lire sur les étiquettes de poulets vendus dans le commerce :

- **Classe A** : tous les poulets vendus entiers portent cette mention ; un poulet classe A doit présenter un bel aspect extérieur, sans odeur étrangère.

- Elevé au grain, naturel, en prairie, de campagne ou de plein air sont des mentions qui n'offrent aucune garantie car elles ne font pas l'objet de contrôles.
- **Nourri aux céréales** : cet ingrédient peut être mentionné s'il représente au moins 65 % de la ration alimentaire sauf s'il s'agit d'une céréale déterminée (35 % suffisent) ou s'il s'agit de maïs (50 % suffisent).
- **Légumineuses** ou **produits laitiers** : ils peuvent être mentionnés s'ils représentent au moins 5 % de la ration alimentaire.
- **Elevé à l'intérieur en système extensif** : mention autorisée si la densité du poulailler n'excède pas 12 poulets/m² et si ceux-ci sont abattus au plus tôt à 56 jours.
- **Parcours extérieur** : mention autorisée si la densité dans le poulailler n'excède pas 13 poulets/m², si les animaux disposent la journée pendant la moitié de leur vie d'un parcours extérieur herbeux (1 m²/poulet) et si la ration alimentaire contient au moins 70 % de céréales.
- La **date limite de conservation** est de 7 jours max. entre l'abattage et la consommation.
- L'**abattoir** doit être agréé par le ministère de la santé publique (I.E.V. : Institut d'Expertise Vétérinaire).



Quel poulet choisir ?

Lorsqu'on achète de la viande de poulet, il s'agit d'une jeune poule ou d'un jeune coq dont le poids à l'abattage varie entre 900 g et 1,800 kg. La pointe de son sternum est flexible. Sa saveur dépend de sa souche, de l'âge d'abattage, de son alimentation et des conditions d'élevage.

Les animaux jeunes possèdent un collagène peu structuré, ce qui confère plus de tendreté à la viande et plus de finesse à la peau. Mais, en même temps, cela peut entraîner les pertes de substances aromatiques solubles lors de la cuisson. Le peu de graisses concourt à réduire une autre source d'arômes.

Le poulet jeune a donc naturellement un flaveur plus discrète mais il est par contre plus tendre ; la viande a parfois tendance à se défaire à la cuisson (par exemple, les poulets industriels ou standards qui sont issus de souches à croissance rapide et abattus à 42 jours).

Les poulets sous label sont abattus à l'âge minimum de 81 jours et ont accès à un parcours extérieur. Ils ont de ce fait une viande plus ferme et plus savoureuse bien que peu grasse. On a montré en effet que la saveur de la viande de poulet s'accroît au fur et à mesure que l'on se rapproche de la maturité sexuelle qui survient à l'âge de 16 semaines.

Les poulets de marque abattus vers 8-9 semaines sont généralement issus de souches à croissance intermédiaire. De ce fait, à l'abattage, ils seront un peu plus gras que les standards. Il en résulte une saveur plus accentuée. La viande a une texture intermédiaire entre le standard et le label (tendreté intermédiaire).

Quant à la couleur de la chair, jaune ou blanche, elle n'influence ni la qualité ni le goût. C'est d'abord une question de race, d'alimentation ensuite.



Les différents morceaux de poulet

Le poulet était autrefois majoritairement vendu entier ou découpé par le volailler. Aujourd'hui, si les poulets entiers sont encore présents sur les étals, on trouve de plus en plus de morceaux pré-découpés :

Les **cuisse**s entières idéales marinées puis grillées au barbecue ; elles peuvent également être panées puis cuites à la friture ou encore à cuisinées en sauce.

Les **hauts de cuisse**, parties charnues des cuisses, sont à utiliser comme les cuisines entières.

Les **pilons**, partie de la patte qui succède au haut de cuisse, sont surtout destinés au grill après avoir été enduits de sauces diverses et parfumées.

Les **bouts d'ailes grillés** c'est surtout la peau croustillante que l'on grignote utilisés également pour réaliser des consommés.

Les **escalopes (filets)** : chair maigre et dense pleine de ressources mais à cuisiner à toutes les sauces et à tous les modes de cuisson (sautées, vapeur, cocotte, au bouillon, au four).

Les autres membres de la famille

À côté du traditionnel poulet, on peut trouver dans le commerce d'autres volailles de la famille :

- Le **coquelet** est un jeune poulet pesant entre 400 et 750 g. Il est abattu à 28 ou 32 jours. Sa chair est tendre mais peu savoureuse.
- Le **poussin** est vendu entier, bridé et constitue une portion individuelle.
- Le **coq** est le poulet mâle adulte. La pointe de son sternum est rigide. Il pèse entre 3 et 5 kg. Sa chair est moins tendre mais plus corsée et de couleur plus foncée. Elle nécessite une cuisson lente et longue.
- La **poule** est abattue entre 16 mois et 2 ans. Parfois plus grosse qu'un poulet, elle est moins dodue. Sa chair est blanche, assez ferme et grasse. Elle convient comme poule à bouillir.
- Le **chapon** est un poulet mâle castré entre 7 et 9 semaines¹. Il est abattu entre 4 et 5 mois. Son alimentation en finition est particulière : maïs et lait. Ce qui lui assure une chair dite « persillée » : la graisse se développe au cœur même de la viande et non au niveau de la peau.
- La **poularde** est la jeune poule élevée sur prairie durant 4 mois. Elle est nourrie au froment et au lait entier. Elle est abattue avant de pondre. Sa viande est blanche, fine, tendre et savoureuse. Poularde et chapon sont des viandes rares, surtout proposées au consommateur en période de fêtes.

¹ Depuis 2001, le chaponnage ainsi que l'élevage et l'abattage sont interdits en Belgique mais la commercialisation de chapons reste autorisée.

L'œuf



Les œufs sont consommés dans toutes les régions du monde. Chaque Belge consomme en moyenne chaque année 15 kg d'œufs soit \pm 240 œufs.

Dans notre pays, le choix se porte, dans plus de 90% des cas, sur l'achat d'œufs roux-bruns. La coloration de la coquille est déterminée uniquement par la race de la poule : il n'y a pas de différences de valeur nutritive ou de goût entre un œuf brun et un œuf blanc.

Les œufs de poule sont les plus consommés par l'homme. Mais d'autres oiseaux fournissent également des œufs qui peuvent être mangés :

- la caille et la cane dont les œufs sont appréciés en Extrême-Orient.
- l'oie et l'autruche qui pondent les œufs les plus gros : 1,5 kg est le poids d'un œuf d'autruche, de quoi faire une omelette géante !

La production

Comme pour la production de poulets de consommation, l'élevage de poules pondeuses est surtout concentré en Flandre. La moitié des 10 millions de poules pondeuses sont détenues dans des exploitations de plus de 25.000 unités. En Wallonie, comme l'ensemble de la production agricole, l'élevage des poules pondeuses est en général moins intensif que dans les régions et pays voisins.

On recense en Région wallonne quelque 450.000 poules, dont 70% élevées pour la production d'œufs. Divers modes de production coexistent, de l'élevage de grande taille pouvant regrouper plusieurs milliers de poules, aux élevages plus traditionnels au sol. Selon les races, l'alimentation, l'âge des poules, le mode d'élevage... il y a plusieurs sortes d'œufs, de quoi satisfaire tous les goûts.

Grands et petits élevages

À la bonne saison, les poules pondent un œuf par jour. En hiver, pendant la mue, la production diminue. Une bonne poule pondeuse produit en moyenne 280 œufs par an.

Une partie de la production d'œufs est assurée par des élevages en batterie. Les premières grosses entreprises de production d'œufs sont apparues vers 1965 pour répondre aux besoins alimentaires d'une population en constante augmentation.

Les poules sont placées dans des cages, côte à côte, dans un bâtiment qui peut compter plusieurs milliers de poules. Une fois pondus, les œufs roulent automatiquement sur des convoyeurs pour favoriser une collecte rapide.

Un autre type de production qui peut être mené à plus petite échelle est la production d'œufs élevés au sol. On distingue ainsi 5 types d'élevage :

Les œufs de poule élevés sur perchoirs

La densité de peuplement au sol ne peut excéder 25 poules/m². L'intérieur du bâtiment est équipé de perchoirs d'une longueur suffisante pour que chaque poule y dispose d'un espace d'au moins 15 cm.

Les œufs de poules élevés au sol

La densité de peuplement n'excède pas 7 poules/m². Un tiers au moins de cette surface est couverte d'une litière de paille, copeaux, sable ou tourbe. Une partie suffisante de la surface accessible aux poules est destinée à la récolte des déjections.

Les œufs de poules élevés en plein air

Les poules jouissent d'une possibilité ininterrompue de libre parcours en plein air pendant la journée. Le terrain accessible aux poules est, en majeure partie, recouvert de végétation. La densité de peuplement n'excède pas 4.000 poulets par hectare soit une poule par 2,5 m².

Les œufs de poules élevés en libre parcours

Conditions identiques à celles de l'élevage de plein air mais dans ce cas, la densité de peuplement n'excède pas 1.000 poules par hectare soit une poule par 10 m².

Les œufs issus de l'élevage biologique

Les poules sont élevées en plein air ou en libre parcours. Le cahier des charges impose notamment une alimentation constituée de 80% de produits provenant de l'agriculture biologique et une densité de peuplement maximale de 7 poules/m².

Des œufs triés et calibrés

Les œufs vendus directement au consommateur peuvent être commercialisés non calibrés. Par contre, toute fourniture à des revendeurs doit être

triée dans un centre d'emballage agréé par l'Agence Fédérale pour la Sécurité de la Chaîne Alimentaire (AFSCA). Les œufs sont classés selon deux catégories (A et B) et doivent répondre aux critères suivants :

Catégorie	Coquille	Cuticule	Chambre à air	Jaune	Blanc (albumen)	Germe	Odeur
A	Normale, propre, intacte	Nettoyage interdit	- Extra : Max. 4 mm lors de l'emballage - Frais : max. 6 mm (la chambre à air doit être immobile)	- Peu mobile en cas de rotation de l'œuf - Contours flous au mirage - Exempt de corps étranger	- Clair, limpide, gélatineux - Exempt de corps étranger.	Imperceptible	Exempt d'odeurs anormales
B	Normale, intacte	Nettoyage possible par brossage	Max. 9 mm.	- Contours flou au mirage - Exempt de corps étranger	- Clair, limpide, gélatineux - Exempt de corps étranger	Imperceptible	Exempt d'odeurs anormales

- Les œufs « extra » ou « frais extra » sont des œufs de la catégorie A dont la hauteur de la chambre à air est inférieure à 4 mm au moment de l'emballage. Les emballages qui contiennent ces œufs sont munis d'une banderole ou d'un dispositif d'étiquetage sur lequel sont inscrits les mots « EXTRA » ou « Frais EXTRA », et qui doit être enlevé au plus tard le 7^e jour suivant celui de l'emballage ou le 9^e jour suivant celui de la ponte.
- Les œufs de catégorie C ou œufs déclassés ne satisfont pas aux exigences requises pour les œufs de catégories A et B ; ils ne peuvent être cédés qu'à la casserie ou à l'industrie non alimentaire.

Les catégories de poids

Il existe 4 catégories de poids pour les œufs :

- XL ou « très gros » : poids supérieur à 73 g
- L ou « gros » : poids entre 63 et 73 g
- M ou « moyen » : poids entre 53 et 63 g
- S ou « petit » : poids inférieur à 53 g

L'emballage

Sur l'emballage, les indications suivantes doivent être apposées :

- Le nom ou la raison sociale et l'adresse de l'entreprise qui a emballé ou fait emballer les œufs.
- Le numéro d'enregistrement de la station d'emballage
- La catégorie de poids et la catégorie de qualité (A ou B) des œufs.
- Le nombre d'œufs contenus dans l'emballage.
- La date de conservation minimale suivie de recommandations d'entreposage appropriées.

Les mentions suivantes sont facultatives :

- La mention « EXTRA ».
- Les dates d'emballage, de vente recommandée et de ponte (indiquée également sur les œufs).
- Le mode d'élevage des poules.
- L'origine géographique des œufs.

- Des mentions supplémentaires pour autant qu'elles n'induisent pas le consommateur en erreur (prix de vente, type d'aliments utilisés, composition en acides gras, santé du consommateur).

La fraîcheur et la conservation des œufs

Un œuf frais possède une coquille brillante et veloutée. Plus sa chambre à air est petite, plus il est frais. Lorsqu'on secoue un œuf très frais, on ne peut percevoir aucun clapotis. Déposé dans l'eau, il doit rester au fond du récipient. Quand l'œuf s'élève légèrement, il peut être considéré comme bon. Mais, lorsqu'il surnage, il a perdu la fraîcheur désirée.

La fraîcheur de l'œuf peut aussi s'apprécier une fois celui-ci cassé : s'il est frais, le jaune reste entier et bombé, le blanc s'étale peu. La coloration du jaune peut varier du jaune pâle au rouge-orangé (échelle de mesure de 0 à 15). En Belgique, la coloration la mieux appréciée se situe autour de 7-8 (soit jaune légèrement orangé) alors que la coloration normale de l'œuf se situe aux alentours de 9-10. Au-delà de 10, des pigments synthétiques ont été ajoutés à l'alimentation de la poule.

- Un œuf reste frais 4 semaines après la date de ponte.
- Les œufs doivent être conservés dans un endroit frais, sombre et à température constante.
- La coquille ne doit pas être lavée car elle perdrait la pellicule qui assure une meilleure conservation.
- La coquille étant poreuse, il faut éviter de placer les œufs à proximité de produits dégageant une forte odeur.
- Les œufs doivent être placés « le côté arrondi » vers le haut afin de maintenir la chambre à air à sa place initiale.

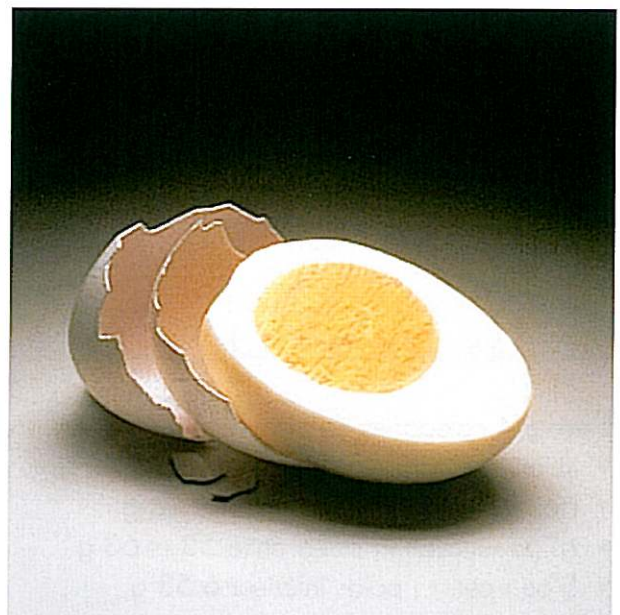
- Une fois cassé, l'œuf ne se conserve pas. Il doit être utilisé sans tarder surtout le blanc (dans les 6 heures).

La fraîcheur des œufs et leur utilisation :

- de 1 à 10 jours après la ponte : préparations peu cuites (à la coque, poché, tartare, blanc en neige, mayonnaise, cocktail)
- de 11 à 15 jours : préparations avec cuisson légère (omelette, sur le plat, mollet)
- 16 à 21 jours : préparations avec cuisson longue (pâtisserie, cuit dur)

La cuisson

Savoir cuire un œuf, c'est en quelque sorte l'ABC de la cuisine. C'est une chose que chacun croit savoir faire d'instinct. Et pourtant, ne dit-on pas que les grands chefs jugent un cuisinier sur sa manière de cuire un œuf ? Eux savent en effet que les apprêts d'une totale simplicité exigent souvent une grande application pour atteindre un bon résultat.



Dans les ouvrages culinaires, il est souvent question d'œufs – comme accessoires la plupart du temps –, sauf dans les desserts où ils sont des éléments de base important. Mais il y a aussi des centaines de recettes où l'œuf est roi.

- Si la cuisson se fait dans de l'eau bouillante, il est recommandé d'utiliser des œufs à température ambiante ou légèrement tièdes, ce qui permet d'éviter que la coquille ne se fende. Piquer avec une aiguille le côté arrondi jusque dans la chambre à air permet également d'éviter une fêlure de la coquille.
- La coquille de l'œuf étant poreuse, on peut saler l'eau de cuisson afin qu'il ait plus de goût.
- Il est recommandé de ne jamais ajouter les œufs directement dans un liquide chaud surtout des jaunes car ils formeraient des grumeaux. De même, il convient de ne pas faire bouillir une préparation contenant du jaune d'œuf car celle-ci se désagrègerait.

L'ŒUF À LA COQUE

Cuisson à l'eau bouillante dans la coquille pendant :

- 2 min. à la reprise de l'ébullition pour un blanc laiteux
- 3 min. pour un blanc pris avec le jaune liquide
- 3 min. 30 pour un blanc très pris et un jaune épaissi.

L'ŒUF MOLLET

Cuisson à l'eau bouillante dans la coquille pendant 5 à 6 min. à la reprise de l'ébullition. Le jaune doit être épais mais bien coulant.

L'ŒUF DUR

- Cuisson à l'eau bouillante dans la coquille pendant 8 à 9 min. à la reprise de l'ébullition. Un œuf cuit dur ne doit pas cuire plus de 10 minutes afin d'éviter une couleur verdâtre et une texture caoutchouteuse.
- Pour que le blanc se répartisse de façon égale autour du jaune, l'eau doit être bouillante, ce qui coagule immédiatement le blanc et doit recouvrir complètement les œufs.
- Pendant les premières minutes de cuisson, les œufs doivent être retournés délicatement pour que le jaune reste au centre.
- L'œuf est ensuite passé sous l'eau froide ce qui permet, par le brusque changement de température, de l'écaler facilement.
- Ne pas utiliser un œuf trop frais car ils s'écaleront plus difficilement.
- Un œuf dur non écalé se conserve 3 à 4 jours au réfrigérateur, 48 heures s'il est écalé.

L'ŒUF POCHÉ

- Cuisson sans coquille pendant 3 min. dans une eau vinaigrée ou un liquide à la limite de l'ébullition. Le vinaigre favorise la coagulation du blanc. Le jaune reste liquide.
- L'œuf doit être cassé le plus près possible de la surface de l'eau pour que le blanc se coagule en masse et non en s'effilochant.
- Pour arrêter la cuisson, plonger immédiatement les œufs pochés dans l'eau froide pendant quelques secondes.



LES ŒUFS BROUILLÉS

- Cuisson à la dernière minute à feu très doux pour éviter une coagulation trop rapide des blancs.
- Utiliser une casserole à fond épais si cuisson directement sur le feu ; la cuisson au bain-marie est toutefois préférable.
- Ne pas faire mousser les œufs en les battant car la mousse se transforme en grumeaux après cuisson.

LES BLANCS EN NEIGE

- Pour monter des blancs d'œuf en neige, il convient d'utiliser des œufs à température ambiante car le froid ne facilite la montée en neige.
- Éviter l'utilisation d'ustensiles en plastique car ils retiennent les corps gras, ce qui risque de réduire le pouvoir moussant des œufs.
- Une pincée de sel peut être ajoutée pour faciliter la pointée des blancs en neige.



D'où vient la tradition des œufs de Pâques ?

Déjà dans les civilisations primitives, l'œuf est symbole de vie et de renouveau. Il est tout naturellement associé à l'équinoxe de printemps. Il est aussi présent dans des mythes cosmogoniques d'origine très variées où le chaos ressemble à un œuf avant la naissance de la terre.

On peut imaginer que la tradition chrétienne se soit appuyée sur les symboles antérieurs pour sa tradition de Pâques. Toutefois, certains auteurs voient l'origine de la distribution d'œufs à Pâques dans l'établissement du Carême. Dès le IX^e siècle, la consommation des œufs pendant les 40 jours de pénitence et de jeûne qui précèdent Pâques est interdite par l'Eglise. A l'issue du Carême, on trouve donc des œufs en grande quantité. On aurait donc pris l'habitude de les donner autour de soi et de les décorer. Les enfants notamment en faisaient la collecte. C'est au XVIII^e siècle qu'on essaya pour la première fois de vider un œuf frais et de le remplir de chocolat. L'idée fit des émules... et les moules, les décorations et la tradition gourmande suivirent.

Traditionnellement, ce sont les cloches, de retour de Rome, qui apportent les œufs et les friandises aux enfants sages dans notre pays... Dans d'autres pays, ce sont d'autres émissaires : la poule dans le Tyrol, un coucou en Suisse, un lièvre dans les pays anglo-saxons et certaines régions d'Allemagne.

Le canard

Parmi les élevages de canards, on peut distinguer les élevages de canards à rôtir destinés à la production de viande de canard et les élevages de canards gras destinés à la production de foie gras. En Belgique, on recense peu d'élevages de canards à rôtir, les canards étant surtout élevés pour le foie gras.



La consommation de foie gras

La consommation de foie gras est en constante évolution (50 à 100 g par et par habitant). Bien qu'il soit toujours considéré comme un mets rare et recherché, le foie gras a vu sa consommation se démocratiser au cours des dernières années. 75 % de la production sont écoulés lors des fêtes de fin d'année.

La production de foie gras

De nos jours encore, l'élevage des canards et des oies demeure l'apanage du Sud Ouest, la France étant le 1^{er} producteur (15.000 tonnes par an) et aussi le premier consommateur de foie gras. Le

second pays producteur est la Hongrie et viennent loin derrière la Bulgarie, Israël et l'Espagne.

Depuis une quinzaine d'années, la Wallonie s'est également lancée dans l'élevage de canards mulards destinés à la production de foie gras et de magrets. A l'heure actuelle, une quinzaine d'élevages wallons de taille variable produisent 70 tonnes de foie gras par an (80 % de la production nationale). Les canetons ne naissent pas en Belgique. Ils arrivent dans les fermes à peine éclos en provenance généralement du Sud-Ouest de la France. Le développement de la production de foie gras connaît un grand succès en Wallonie dû en grande partie au dynamisme des producteurs mais aussi à l'existence de 2 abattoirs spécialisés et agréés aux normes européennes.

Le canard

Le gavage

Le gavage reproduit le phénomène de suralimentation observé chez les oiseaux migrateurs avant leurs longs vols. Le gavage des oies et des canards pour l'obtention de foie gras est fort ancien. Il aurait pour origine l'Égypte et la Chine. Le gavage était aussi pratiqué aux temps des Romains qui nourrissaient leurs volatiles avec des figues. Au fil des siècles, c'est en France que s'est ancrée cette tradition du foie gras.

- Le foie gras provient surtout de canards et plus précisément de **canards mulards**. Il s'agit d'hy-

brides infertiles issus du croisement d'un mâle Barbarie et d'une cane commune.

Le choix se porte sur des sujets mâles, les femelles plus nerveuses présentent peu d'intérêt pour le gavage. Durant 3 mois, les canards évoluent en prairie. Ils sont ensuite ramenés dans les fermes pour y être gavés durant 14 jours. Le canard est gavé 2 fois par jour avec du maïs qui a été bouilli pour le ramollir. Au terme du gavage, le canard est abattu. Son foie est prélevé et déveiné. Il pèse en moyenne 450 g.

- L'élevage de l'oie pour le foie gras est identique. La durée du gavage est un peu plus longue : 21 jours.



Comment choisir le foie gras ?

- **Le foie gras entier** est composé de un ou plusieurs lobes de foies entiers. C'est le joyau de la gamme. A la cuisson, il laisse apparaître un peu de graisse qui aide à sa conservation. C'est son cachet d'authenticité. Le foie gras entier offre une saveur prononcée.
- La simple dénomination « **foie gras** » est employée pour un foie gras composé de morceaux de foie gras agglomérés entre eux.
- **Le bloc de foie gras** est composé de morceaux entiers de foies incorporés dans une pâte de foies gras préalablement affinés. Il est moelleux et de couleur rosée.

Les foies gras se distinguent également en fonction du mode de cuisson :

- **Le foie gras cru** est généralement destiné à une préparation chaude. Coupé en escalopes, il est simplement poêlé et relevé d'une sauce sucrée ou acidulée.
- **Le foie gras frais** : après avoir été dénervé et assaisonné, le foie est mis à cuire dans un moule (en croûte, au torchon, en terrine ou sous vide). Ayant subi un faible traitement thermique, ce produit peut se conserver 3 semaines au réfrigérateur.
- **Le foie gras mi-cuit** se présente sous forme de terrines, de bocaux ou sous-vide. C'est une semi-conserve qui a été pasteurisée c'est-à-dire cuite à cœur à une température de 70 à 85 °C. Sa texture onctueuse est un peu plus ferme que celle du foie gras frais. Il peut être conservé 6 mois au réfrigérateur.
- **Le foie gras en conserve** est stérilisé en autoclave entre 105 et 115 °C. Il peut être conservé plusieurs années.

A côté de ces préparations composées exclusivement de foie gras, il existe d'autres préparations

comme les mousses et pâtés de foie gras qui contiennent une proportion minimale de 50 % de foie gras.

Comment servir le foie gras ?

Un mets aussi délicat et précieux exige tout un rite. Le foie gras doit être servi en début de repas, frais mais non glacé. Si on le sert au milieu du repas, les convives n'auront plus le même plaisir à le déguster, leur palais n'étant plus vierge.

Pour obtenir une tranche nette, il convient d'utiliser un couteau trempé dans l'eau chaude avant chaque découpe, ou mieux un fil en acier. Il faut compter 40 à 60 g par personne.

Mieux vaut éviter de marier le foie gras avec une salade. Il est préférable de l'accompagner de mets sucrés : gelée ou confits, fruits, pain d'épices...

Les autres produits du canard gras

LE MAGRET

La dénomination « magret » s'applique au filet prélevé sur un canard engraisé en vue de la production de foie gras. Il se distingue par la couche de graisse de 1 à 1,5 cm d'épaisseur. En fondant lors de la cuisson, cette graisse donne toute sa saveur et sa tendreté au véritable magret. Les magrets crus pèsent chacun 350 à 400 g. Cette viande très parfumée peut être servie « rosée ». Il est conseillé de cuire le magret au naturel, soit à la poêle soit au grill du four une dizaine de minutes côté gras et trois minutes de l'autre côté.



Une pincée de gros sel avant de servir et une rasade de poivre concassé développeront toutes les qualités du magret.

LE MAGRET FUMÉ

Les producteurs fument également le magret au bois de hêtre et le commercialisent finement tranché. Idéal pour agrémenter une salade croquante.

L'AIGUILLETTE

Il s'agit de la tranche de chair étroite et longue située sur la poitrine de part et d'autre de la carcasse. C'est la partie la moins grasse du canard.

LES CONFITS

Il s'agit d'une méthode de conservation de la viande d'oie ou de canard par la technique de la cuisson dans la graisse. Le confit est préparé avec des viandes d'oie ou de canard engraisés pour la production de foie gras.

- **Les cuisses confites** sont préparées par le producteur. Mises au sel, elles mijotent ensuite doucement dans la graisse de canard. Elles sont conservées et vendues dans cette graisse. Celle-ci peut être utilisée dans le pot pour rissoler viandes et pommes de terre. Il s'agit d'une matière grasse de bonne qualité diététique et d'une grande finesse culinaire.
- **Les gésiers et les cœurs confits** cuisent également plusieurs heures dans la graisse de canard. Ces mets sont délicieux servis tièdes sur une salade frisée.

LES PÂTÉS ET LES RILLETTES sont fabriqués à partir des manchons (ailes et attaches des ailes), des cous et de la viande de la carcasse.

Citons encore :

- Les **cous farcis** : peaux de cou farcies de viande de canard et de foie gras puis cuites à feu doux dans la graisse de canard.
- Les **mousses de canard et de magrets fumés**.
- Le **boudin de canard**.
- Les **jambons de canard** : cuisses désossées et épicées, fumées ou simplement séchées.
- Les **jambonneaux de canard** : cuisses désossées farcies avec de la viande de canard et du foie gras et cuites en court-bouillon.

Les autres volailles élevées en Wallonie

En 2000, le Belge a consommé en moyenne un peu moins de 1,5 kg de volailles autres que le poulet.



LA DINDE

Cet oiseau, originaire d'Amérique du nord et centrale, a été ramené en Europe par les conquérants espagnols.

Volaille festive par excellence (Noël en Europe, Thanksgiving Day aux Etats-Unis), la dinde constitue une volaille intéressante par son poids lors de repas réunissant plusieurs convives. On la trouve chez nous soit

- d'un poids vif située entre 2,5 kg et 4,5 kg
- en dinde fermière de 4 à 4,5 kg (plumage noir ou bronzé) ou de 10 kg (plumage blanc).

Néanmoins, une évolution récente a vu sa consommation au quotidien augmenter de manière significative. De plus en plus, on trouve aussi sur le marché de la dinde désossée, découpée en pièces, hachée, coupée en escalopes, façonnée en rôti ou incorporée à une gamme de produits transformés (saucisses, saucissons...).

LA PINTADE

Cet oiseau a conquis de nombreux amateurs par la couleur et la qualité de sa chair dont le goût rappelle celui du gibier. Elle est élevée toute l'année mais reste cantonnée aux repas d'exception. C'est ainsi qu'elle est surtout commercialisée à Pâques et lors des fêtes de fin d'année.

Présentant une viande plutôt sèche, elle est moins facile à cuire que le poulet et déroute les cuisiniers inexpérimentés. Elle doit être consommée jeune de préférence, d'où son nom de pintadeau en restauration.

La pintade standard est élevée en claustration durant 80 jours tandis que la pintade fermière, élevée en plein air, est abattue à 94 jours pour un poids vif avoisinant 2 kg.

¹ En Belgique, l'oie est le symbole de la ville de Visé. Au XIV^e siècle, la guerre civile fait rage entre le prince-évêque de Liège et les Visétois qui souhaitent conserver leur liberté. En 1376, le prince-évêque ordonne l'assaut de la ville. Une jeune fille, gardienne d'oies, prend la tête des Visétois et s'empare de l'étendard de l'ennemi.

L'OIE

L'oie est un animal difficile à élever en claustration. Elle évolue sur parcours herbeux et est abattue à l'âge de 20 semaines. Son poids atteint alors plus de 5 kg. L'oie rôtie servie au moment des fêtes de fin d'année demeure une tradition vivace en Allemagne, en Grande-Bretagne et en Scandinavie. Dans notre pays, elle a perdu son statut de volaille festive au profit de la dinde. La chair de ce palmipède est pourtant d'une grande finesse. Un producteur de la région de Visé s'est spécialisé dans l'élevage de l'oie tentant ainsi de faire renaître la tradition de l'oie à l'instar de Visé¹. Les oies sont commercialisées fraîches (filets...) ou préparées (manchots d'oie à la bière, cassoulet aux manchots d'oie, gésiers confits...).

LA CAILLE

La caille est un petit oiseau migrateur qui compte de nombreuses espèces. Quelques éleveurs se sont spécialisés en Belgique dans l'élevage de cailles domestiques et les commercialisent à un poids de ± 150 g. On barde toujours les cailles avant de les rôtir, griller, étuver ou farcir. Quant aux œufs de cailles de couleur jaune-vert tachetés de brun, ils sont consommés durs ou en gelée.



LE PIGEONNEAU

En langage culinaire, le terme pigeonneau désigne l'animal jeune (âgé d'un mois) et d'un poids de 350 à 400 g. Sa chair est rouge, très tendre et maigre. Le pigeonneau se mange généralement rôti.

La cuisson des volailles

En fonction de l'espèce, de la catégorie, de l'âge, une volaille s'accommode mieux de l'une ou l'autre cuisson et de certains apprêts.

LE ROTISSAGE

Le **rôtissage** est le mode de cuisson traditionnel des volailles. La volaille doit être déposée sur une grille placée dans la plaque de cuisson. Elle doit être arrosée de beurre fondu clarifié. La température du four est fonction du volume de la pièce et de l'évaluation approximative de son temps de cuisson. Celle-ci varie de 50 à 60 minutes pour une petite volaille farcie (1,3 kg) à 2 h/2 h 30 pour une dinde de 3 à 4 kg... voire même 3 h et plus pour une volaille dépassant 5 kg. La température peut être ramenée à 160-170°C jusqu'à cuisson finale de la pièce. La volaille doit régulièrement être arrosée de son jus. Pour savoir si elle est entièrement cuite, il suffit de piquer la chair à l'intersection de la cuisse et du blanc à l'aide de la pointe d'un couteau. Le jus qui s'écoule dans le plat doit être incolore. Si le jus est rosé, la cuisson doit être prolongée.

Après la cuisson, la volaille doit reposer à l'intérieur du four éteint et porte ouverte recouverte de papier aluminium. La chair sera plus tendre et plus moelleuse. Pour une volaille croustillante de toutes parts jusqu'à l'intérieur des cuisses, il ne faut pas la rôtir ficelée.

LES AUTRES MODES DE CUISSON

- **La cuisson dans la poêle** et au wok s'applique à toutes les volailles tendres.
- **La cuisson au gril** peut être utilisée pour des volailles à chair tendre, d'un volume petit ou moyen : poussin, coquelet. Les volailles plus grosses doivent être découpées puis être grillées.
- **Le pochage** : volailles à chair tendre servies entières.
- **En fricassée** : toutes les volailles de 900 g à 1,8 kg découpées selon une technique appropriée.
- **En ragoût** : coq, poule, canard, oie détaillés en morceaux et cuits longuement.

LES VOLAILLES FARCIES

Le désossage n'est pas toujours indispensable lorsque la farce est composée d'éléments non liés par une composition homogène. Il convient cependant d'enlever l'os du bréchet (os de la poitrine) en le dégageant délicatement avec les doigts par l'intérieur. La découpe de la volaille en sera plus aisée.

Lorsque l'apprêt comporte une farce liée (hachis), la volaille doit être désossée. Le plus simple est d'ouvrir entièrement la volaille par le dos. Une fois ouverte, tous les os sont retirés au moyen d'un petit couteau à lame bien affûtée tout en veillant à ne pas inciser la peau. La volaille est ensuite recousue dorsalement et farcie.

Le désossage de la pièce tout en gardant la volaille intacte est plus compliqué. Toutes les chairs de la carcasse sont décollées en commençant par le cou. La volaille se retrousse comme une chaussette. Sitôt farcie, la volaille est cousue au niveau du croupion et du cou puis bridée.

La volaille ne doit pas être excessivement « bourrée » car en se dilatant pendant la cuisson, elle pourrait éclater. Lors du bridage dont le but est de maintenir la volaille dans une forme avantageuse, il ne faut pas serrer outre mesure.

La conservation des volailles

Lors de l'achat, il importe de vérifier la date limite de consommation et la fraîcheur de la volaille. Les aisselles ne doivent pas être humides, les extrémités des ailes ne peuvent pas être sèches ni d'une couleur différente du reste du corps. L'intérieur de la bête ne peut pas dégager une odeur de viande passée.

La volaille fraîche doit être conservée au réfrigérateur (entre 0 °C et 4 °C) dans son emballage de protection. Elle doit être consommée dans les 2 ou 3 jours qui suivent l'achat. Cuite, elle se conserve également au réfrigérateur durant 3 jours mais 2 jours seulement si elle est cuisinée en sauce.

En cas de congélation, la volaille entière crue doit être bridée afin qu'elle conserve sa forme.

- Le poulet et la volaille maigres se conservent 8 mois.
- La poule, la poularde et la volaille grasse se conservent 4 mois.
- La volaille cuisinée se conserve 1 mois.

La décongélation doit se faire le plus lentement possible de préférence au réfrigérateur soit 12 h pour une pièce de 2 kg, 6 h pour les découpes.

Le lapin

C'est avant tout dans les pays méditerranéens que la consommation de lapin est prisée. Les Maltais sont les plus grands consommateurs suivis des Italiens, des Chypriotes et des Français.

En France, l'intérêt pour cette viande a cependant tendance à diminuer. Les jeunes générations se montrent de plus en plus réticentes à l'idée de manger la chair d'un animal dont l'image est souvent associée à celle d'un animal de compagnie.

En Grande-Bretagne, cette perception est tellement forte que la consommation de lapin relève quasiment du tabou.

Dans notre pays, le fait de manger du lapin ne constitue pas un interdit alimentaire. Toutefois, la consommation demeure occasionnelle. A Tournai pourtant, la consommation de lapin est une véritable institution. Une fois par an, à l'occasion de la fête du « lundi perdu » ou « lundi parjuré » (une semaine après l'Épiphanie), on prépare le lapin avec des oignons, des pruneaux et des raisins (ou des cerises).



La production de lapins de chair

La production mondiale de viande de lapin est estimée à un million de tonnes par an. Les 3/4 de cette production sont assurés par la Chine, l'Italie, l'Espagne et la France.

La production belge est très faible. En Wallonie, si on rencontre pas mal d'éleveurs amateurs, on recense seulement une trentaine d'élevages « professionnels ».

Les conditions d'élevage

L'élevage des lapins s'appelle la **cuniculture**.

Le lapin est avant tout élevé pour sa chair. Si aucune race ne possède une mauvaise chair, ce sont généralement les races moyennes et petites qui sont élevées pour la production de viande. Les lapins nains ne sont en général pas utilisés pour la chair. Ils sont trop petits et il y a aussi une réticence à sacrifier d'aussi jolies bêtes.

Pour la reproduction, les cuniculteurs recourent généralement à l'insémination artificielle. Le lapin étant un animal fragile, sensible à la chaleur, les mères sont élevées dans un bâtiment bien ventilé. Chacune dispose d'une cage et à côté d'un espace où elles confectionnent leur nid en s'arrachant des poils.

Une fois que les lapereaux sont sevrés vers l'âge de 5 semaines, ils passent en engraissement. Celui-ci se pratique dans un système de « semi plein-air » c'est-à-dire sous un toit. Les lapins y reçoivent une alimentation adaptée : granulés composés de fourrages séchés et de céréales.

L'abattage a lieu lorsque la chair du lapin a atteint sa qualité optimale en terme de tendreté et de saveur. Il faut environ compter 11 semaines pour assurer une maturité maximale des viandes. Les lapins pèsent alors 2,8 à 3 kg.



La viande de lapin

Un lapin entier dépouillé et éviscéré pèse 1,4 à 1,7 kg, ce qui convient bien pour 5-6 personnes. Il est vendu entier et également découpé. Ce qui répond mieux aux attentes de notre mode de vie actuel.

Le lapin se découpe habituellement en 6 morceaux : les épaules, les cuisses et le râble coupé en 2.

Le râble est la partie de chair qui s'étend du bas des côtes à la queue. C'est un morceau de choix. Aussi facile à cuisiner que le poulet mais plus original, le lapin répond à de multiples variations culinaires. Il peut se servir grillé, mariné, en sauce, à la vapeur, au four ou en cocotte. On peut également réaliser des brochettes de lapin.

On consomme également le foie du lapin revenu quelques instant à la poêle et servi avec une salade croquante. Le foie peut aussi être intégré dans la préparation de lapin entier à laquelle il donnera davantage de parfum.

L'escargot

Le Belge est, après le Français, le plus grand consommateur d'escargots au monde. C'est dire si ce petit mollusque a un bel avenir sous nos latitudes. Encore faut-il distinguer les différentes espèces. Les escargots sont des mollusques de la classe des gastéropodes. Ceux-ci se répartissent en 2 familles :

Les **achatines** sont pourvues d'une coquille allongée. On ne les trouve qu'en Afrique, Asie et Océanie. Certaines peuvent atteindre 25 cm et dépasser le poids de 500 g. Elles peuvent être

commercialisées sous une forme plus petite. 75% des escargots commercialisés chez nous sont des achatines découpées en morceaux et réintroduits dans des coquilles de véritables escargots. La chair des achatines est noire, dure, voire même caoutchouteuse, et son goût quelconque est masqué par le beurre à l'ail.

Les **Helicidae** à laquelle appartient le genre *Helix*.

- **Helix Lucorum** ou **escargot turc** ne se rencontre pas chez nous. C'est le plus gros des escargots du genre *Helix* qui soit commercialisé.



- **Helix Pomatia** ou **escargot de Bourgogne** est présent dans notre pays, mais son ramassage est très réglementé. Comparable en taille à l'escargot turc, il s'en distingue par sa coquille de couleur claire. On l'appelle aussi Gros-Blanc.
- **Helix Aspersa aspersa** ou **Petit-Gris** est bien adapté au climat tempéré de la Belgique. De plus petite taille que les précédents, sa coquille brune est moins globuleuse.
- **Helix Aspersa maxima** ou **Gros-Gris** se trouve à l'état sauvage principalement dans le bassin méditerranéen.

Le ramassage

Suite aux ramassages abusifs, à l'intensification de l'emploi de pesticides et à la détérioration de leur habitat, la population naturelle d'escargots a connu une décroissance marquée en Europe occidentale. Afin de sauvegarder ces populations menacées, la Région wallonne a adopté un arrêté relatif à la protection des escargots comestibles indigènes.

Les deux espèces rencontrées dans notre région (escargot de Bourgogne et Petit-Gris) ne peuvent être capturées et transportées en Wallonie qu'entre le 1^{er} août et le 30 septembre et à condition que la coquille ne puisse s'insérer dans un anneau d'un diamètre de 25 mm pour le Petit-Gris et de 30 mm pour l'escargot de Bourgogne.

L'élevage

L'élevage des escargots s'appelle **héliculture**. En Wallonie, une dizaine d'héliculteurs se sont lancés dans la production de Petit-Gris et de Gros-Gris. Leur choix s'est porté sur ces deux espèces,



La ponte de l'escargot Gros-Gris.

celles-ci se distinguant des autres tant par leurs qualités gustatives que par leur meilleure adaptation à l'élevage.

Les escargots sont hermaphrodites. La ponte se produit 2 à 3 semaines après l'accouplement qui dure environ 10 heures. Les héliculteurs disposent d'une nurserie pour les naissains (escargots âgés de 1 à 6 jours) qui éclosent après une période d'incubation de 12 à 15 jours passée en agglomérat d'une centaine d'œufs dans la terre. Après un séjour de 3 à 4 semaines dans la nurserie où ils sont nourris avec du blé, du maïs, du calcium, les escargots sont placés dans les parcs en plein air où ils sont nourris avec du colza, du trèfle, des bettes, des céréales, des plantes aromatiques, des feuilles de courges... jusqu'à l'âge adulte.

Une fois arrivés à maturité après 5 à 6 mois de croissance, les escargots passent par différentes étapes qui les conduisent à l'état comestible : jeûne, dégorgement et ébouillantage. C'est à la main que les escargots sont extraits de leur coquille, triés et examinés un à un, sélectionnés par catégories (petits, moyens, gros), préparés et

mis en bocaux de verre. Au fil des étapes de la transformation culinaire, chaque héliculteur met sa touche personnelle et son savoir-faire : choix des légumes, des épices, temps et température de cuisson au court-bouillon donnent aux escargots conditionnés en bocaux une identité différente tout en garantissant une longue conservation. Les artisans proposent aussi un choix varié de préparations de Petit-Gris et de Gros-Gris : cassolettes, terrines, feuilletés...

L'« Escargot fermier »

Un label wallon « Escargot fermier » est attribué aux producteurs qui ont décidé de respecter un cahier des charges aux normes rigoureuses contrôlées par un organisme certificateur agréé par la Région wallonne. Le contrôle continu des conditions de vie de l'animal au niveau végétation, humidité, alimentation, et rapidité de croissance procure à la chair de l'« Escargot fermier » une tendreté et une saveur toute particulière.

L'escargot en cuisine

L'escargot servi dans un beurre d'ail est une entrée classique. Pourtant, grâce à leur saveur fine, Les Gros-Gris et surtout les Petit-Gris méritent pourtant un autre sort culinaire. La vitesse de croissance du



Gros-Gris en fait un escargot rapidement commercialisable. A taille égale, il est plus tendre et d'une saveur plus douce que le Petit-Gris. Mais c'est pourtant ce dernier qui rencontre les faveurs des gourmets avertis. Rond de taille, il se déguste avec le tortillon. Sa chair fine et délicate a gardé le petit goût sauvage de ses aïeux. Permettant une infinité de variations culinaires, le Petit-Gris est apprécié par les plus grands noms de la gastronomie belge.



La truite

A

ppartenant à la famille des salmonidés, la truite est un poisson dynamique qui se reproduit en eau douce. Espace, élevage en plein air et, bien sûr, eau bien oxygénée, de température et de débit constants : telles sont ses exigences. La qualité de l'eau est une condition essentielle ; c'est pourquoi les piscicultures sont généralement situées le plus près possible des sources.

Plus d'une quarantaine de pisciculteurs sont répartis sur le territoire de la Région wallonne. Ceux-ci produisent surtout la truite « arc-en-ciel » à chair blanche ou rose et la truite Fario pour le repeuplement.

L'élevage de la truite exige une haute technicité et une attention de tous les instants. Continuellement sur le qui-vive, le pisciculteur est en contact permanent avec les organismes de contrôle et de guidance et plus particulièrement les représentants de l'AFSCA (Agence fédérale pour la Sécurité de la Chaîne Alimentaire).



Bassins de pisciculture.

Les différentes truites

LA TRUITE ARC-EN-CIEL

Ainsi dénommée en raison des superbes dessins irisés qui ornent ses flancs, la truite arc-en-ciel est originaire d'Amérique du Nord. Robuste et de croissance rapide, elle se prête particulièrement bien à l'élevage intensif et est la vedette incontestée de nos pisciculteurs. Elle est commercialisée vers 16 mois lorsqu'elle a atteint la taille « portion », c'est-à-dire entre 250 et 300 g, soit une portion idéale pour une personne.

LA PETITE TRUITE SAUMONÉE

Il s'agit d'une truite arc-en-ciel nourrie différemment afin d'obtenir une chair rose-rouge. Elle est qualifiée de petite par comparaison avec la grosse truite saumonée. Mais, en fait, elle est de taille « portion ». Sa chair est particulièrement appétissante de par sa belle couleur. Elle est aussi moelleuse et savoureuse.

LA GROSSE TRUITE SAUMONÉE

La grande sœur de la petite... c'est la même truite en plus gros. Elle est souvent présentée avec un poids entre 800 g et 1 kg : l'idéal pour un plat familial. C'est avec ces truites que l'on peut faire des filets simples (steaks de truite) de 200 à 250 g. On la trouve exceptionnellement aussi en format géant de 2 à 4 kg. Souvent, ces très grosses truites représentent le prix du vainqueur lors d'une pêche spéciale ou encore elles remplacent le saumon dans un buffet froid.

LA TRUITE FARIO

C'est elle qui peuple depuis toujours nos rivières ardennaises. Elle demande une eau plus fraîche, pure et riche en oxygène. La truite Fario se distingue de sa sœur d'élevage par sa robe tachetée de points rouges. Sa chair est ferme et consistante. Jusque récemment réservée aux repeuplements des rivières, la Fario est de plus en plus appréciée des gastronomes. D'un tempérament énergétique, elle supporte mal les petits bassins et les viviers des restaurants.

Truite vivante et truite nettoyée

Les pisciculteurs wallons proposent la truite vivante pour repeupler les rivières, pour alimenter les étangs de pêche ou pour orner les aquariums des restaurants qui proposent la truite fraîche au bleu.

Pour la commercialisation en poissonnerie, la truite est abattue puis nettoyée immédiatement.

Comment acheter une truite ?

Quelques critères de fraîcheur :

- Peau luisante, ferme au toucher.
- Paroi ventrale tendue, élastique.
- Œil brillant, vif, transparent (pupille sombre) et bombé (il doit remplir tout l'orbite).
- Odeur agréable sans relent vaseux ou rance.
- Branchies rouges et brillantes.

Un poisson récemment tué est encore entouré d'une mince pellicule visqueuse (le mucus), garantie de fraîcheur.

La couleur claire ou sombre de la robe d'une truite n'est pas une indication précise de fraîcheur puisqu'elle peut être due au milieu. L'aspect tacheté détermine l'espèce.

Le poids idéal moyen à l'achat est de 200 à 300 g/pièce et on compte 15 à 20% de déchets.

Comment la nettoyer ?

Le poissonnier ou le pisciculteur peut effectuer ce travail à votre place. Il le fait à sa façon ou tient compte des exigences de la préparation que vous projetez de réaliser.

La truite doit être vidée sitôt après avoir été tuée ou dans un laps de temps restreint.

- Pour vider la truite, inciser la paroi ventrale, retirer les entrailles et les ouïes sans oublier le sang qui se trouve le long de la colonne vertébrale.
- Nettoyer le poisson sans le laisser trop longtemps sous l'eau. Essuyer légèrement. Dans le cas d'une préparation au bleu, ne pas rincer.
- La truite est un poisson qui ne s'écaille pas.

Comment lever les filets ?

- A l'aide d'un couteau bien affûté et pointu, inciser la chair du dos le long de l'arête centrale.
- Lever ensuite le filet ventral, puis le filet dorsal.
- Terminer en dégageant l'arête principale, de la queue vers la tête.

Comment conserver la truite ?

- Crue et nettoyée, la truite se conserve au frigo (3 °C) 2 jours enveloppée dans du papier d'aluminium, sous film plastique ou dans un linge humide car le froid pourrait la dessécher.
- Cuite, la truite est également à consommer dans les 2 jours car sa chair se dessèche.

Au congélateur

- La truite entière doit être obligatoirement vidée et emballée avant d'être congelée (ne pas utiliser d'aluminium).
- La tête et la queue peuvent être congelées séparément pour servir ultérieurement à la préparation d'un fumet de poisson.

Comment la préparer ?

La cuisson à la vapeur est indiquée pour les filets, les pavés et les darnes de truite. Le poisson doit être protégé dans une papillote

Temps de cuisson conseillé : 3 à 5 minutes de cuisson pour 100 g de truite.

La cuisson au four est idéale pour les truites entières.

Temps de cuisson conseillé : 15 min. de cuisson à 180 °C pour une truite « portion » de 300 g.

La cuisson au court-bouillon est plutôt indiquée pour les grandes truites. Pour une truite au bleu, ne pas la verser avant la cuisson.

Temps de cuisson conseillé : 5 à 10 min.



La cuisson au grill

Temps de cuisson conseillé : 2 à 8 min. de cuisson selon la taille de la truite.

La cuisson à la poêle

Temps de cuisson conseillé : 4 à 6 min. selon la taille.

La cuisson au micro-ondes est indiquée pour les filets et darnes.

Temps de cuisson conseillé : 3 à 10 min. à puissance maximale selon la grosseur ; laisser ensuite reposer 2 min.

La cuisson en croûte de sel est plutôt conseillée pour les grandes truites.

Temps de cuisson conseillé : ± 20 min. au four.

Les produits dérivés de la truite

Tout est bon dans la truite et des surprises savoureuses méritent d'être découvertes... d'autant que l'imagination vient souvent au rendez-vous des pisciculteurs. Et le prix de ces préparations raffinées étonne bien souvent plus d'un portefeuille hésitant.

Comme tous les produits agro-alimentaires, les dérivés préparés de la truite sont également surveillés par les services de l'AFSCA. Des règles très strictes garantissent la fraîcheur et la qualité du produit : durée de péremption, mise sous glace et chaîne de froid continue. L'idéal étant d'acheter ces produits directement chez le producteur.

LE FILET DE TRUITE

La grosse truite saumonée permet les filets simples : chair rose-rouge sans arêtes. Les truites « portion » sont, quant à elles, coupées en filets « papillon » :



les 2 filets (sans arêtes) d'une truite entière encore attachés par le dos et ayant la forme d'un papillon avec ses 2 ailes.

LA TRUITE FUMÉE

De nombreux pisciculteurs wallons préparent la truite en version « fumée ». Certains fument à chaud, d'autres à froid, à l'azote ou à l'ancienne à la fumée de sciure de bois sélectionnée. Chacun possède son secret de fabrication : mélange spécial d'épices, température ou durée de fumaison, herbes aromatiques dans la sciure... La truite une fois fumée est tirée en filets, puis emballée sous-vide pour une bonne conservation.

LES CEUFS DE TRUITE

Ce produit a été mis au point en Belgique il y a une quinzaine d'années et régale depuis lors plus d'un gourmet sur des toasts ou en accompagnement de plats divers.

La truite

LES FILETS DE TRUITE MARINÉS

Les filets de truites saumonées de 18 à 28 mois sont marinés dans une préparation à base de vinaigre de vin et conservés dans des bocaux en verre hermétiques.

LES RILLETES

La célèbre recette française a été adaptée à la truite fraîche ou fumée et convient idéalement à la garniture de toasts apéritifs, de pain beurré ou en accompagnement de produits fumés.

L'escavèche

Spécialité renommée du pays de Chimay, l'escavèche est une préparation ancienne transmise par les troupes espagnoles qui ont occupé la région aux XVI^e et XVII^e siècles. A cette époque, il s'agit avant tout de permettre la conservation du poisson dans du vinaigre. La recette a été adaptée et l'escavèche est aujourd'hui une façon d'accommoder la truite ou l'anguille dans une sauce vinaigrée au vin blanc ou aux épices. Elle se déguste froide accompagnée d'une salade, de pain beurré ou de frites.



Truite, carpe, truite fario, perche argentée (ilapia), brochet.

Les autres poissons de nos rivières

LA CARPE

Poisson de rivière à l'origine, la carpe fut déjà élevée en viviers par les Romains. Comme bien d'autres éléments de notre culture, ce sont les moines qui, au Moyen Age, étendirent cette pratique au reste de l'Europe. Robuste et pouvant supporter des conditions d'existence extrêmes, la carpe constitue un excellent poisson d'élevage. Poisson court et rond, d'un poids moyen variant de 1 à 4 kg, la carpe a une chair ferme excellente à condition qu'elle ait été mise soigneusement à dégorger.

LE BROCHET

Communément surnommé « requin des rivières », ce poisson carnassier hante les abords des eaux calmes, les trous profonds ou les bras morts des rivières. Son poids peut aller jusqu'à 15 kg, sa taille avoisine régulièrement le mètre. Il ne craint pas les températures très basses puisqu'il pond dès la fonte des glaces. Sa présence dépend de la quantité de petits poissons qui vivent dans ses eaux : il en consomme de 5 à 8 kg par kg de son propre poids. Ce poisson de rivière est également utilisé comme espèce secondaire dans les étangs à carpes dont il nettoie les eaux des hôtes indésirables.

LA PERCHE ARGENTÉE OU PERCHE AFRICAINE

Ce poisson est originaire d'Afrique et de Syrie. Connu aussi sous le nom de tilapia, il ne vit et se reproduit chez nous qu'en milieu chauffé. Il doit son implantation dans nos régions à une poignée d'audacieux pisciculteurs qui ont réussi l'élevage de poisson tropicaux en bassins chauffés, grâce à d'ingénieux systèmes de récupération d'énergie.

Pourquoi manger des produits d'origine animale ?

Les protéines animales

Avec l'eau, les glucides, les lipides, les vitamines et les minéraux, les protéines constituent les éléments de l'alimentation indispensables pour le bon fonctionnement du corps humain. On estime les besoins quotidiens du corps humain à 1 g de protéines par kg de poids soit de 60 g à 80 g. Ces besoins sont plus importants chez l'enfant qui en grandissant fabrique beaucoup de nouvelles cellules.

Les protéines forment une espèce de chaîne dont les maillons sont les **acides aminés** c'est-à-dire en quelque sorte, les matériaux de construction de l'organisme. Il existe 20 acides aminés différents dont 8 que l'organisme ne peut fabriquer. Ils doivent être fournis par l'alimentation : ce sont les **8 acides aminés essentiels**. Pour qu'une protéine soit de haute valeur biologique et donc intéressante pour l'organisme, il faut qu'elle contienne ces 8 acides aminés en proportions adéquates. Sont considérés comme source de protéines complètes, **les viandes, les œufs, le lait et les produits laitiers**.

D'autres aliments contiennent des protéines mais celles-ci sont déficientes en un ou plusieurs acides aminés essentiels. Ces aliments sont :

- les céréales : blé, orge, avoine, seigle, maïs...
- les graines et germes d'oléagineux : lin, colza, soja, tournesol
- les légumes secs : pois, haricots, lentilles
- certains fruits secs : amandes, noix, noisettes, pistaches, arachides.

Le végétarisme

Suite aux différentes crises alimentaires qui ont éclaté ces dernières années, l'alimentation végéta-

rienne suscite un regain d'intérêt. Ce mode alimentaire consiste à supprimer de l'alimentation les produits animaux mais à autoriser les sous-produits tels les œufs, le lait et ses dérivés. Certains végétariens consomment également du poisson.

Dans ce type d'alimentation, les protéines sont fournies essentiellement par des aliments d'origine végétale. Pour être sûr de fournir à son organisme l'ensemble des acides aminés essentiels, le végétarien doit dès lors se composer un menu complexe associant différentes sources de protéines dont notamment les sous-produits animaux (œufs, produits laitiers).

Le végétarisme est donc un mode alimentaire qui ne s'improvise pas. Il nécessite une connaissance approfondie de la composition des aliments. Praticqué « en amateur », le régime végétarien peut entraîner de sérieuses carences et engendrer des problèmes de santé.

Le végétalisme

Ce régime est uniquement composé de végétaux et exclut la totalité des produits et des sous-produits d'origine animale considérés comme toxiques. Ce mode alimentaire aboutit à des carences sévères en protéines, en calcium et en vitamines B12, ce qui peut conduire à un risque grave de dénutrition. Dangereux pour les adultes, ce régime est totalement proscrit pour les enfants et les adolescents.

Les autres atouts nutritionnels de la viande

LE FER

Le fer est le constituant de base de l'hémoglobine contenue dans les globules rouges du sang.

L'hémoglobine fixe l'oxygène dans le sang et le transporte vers tous les tissus de l'organisme. Mais celle-ci n'est constituée que grâce à un apport en fer. D'où l'importance de consommer des aliments riches en ce minéral (viande rouge, abats).

La viande de bœuf est particulièrement riche en fer (**fer héminique**). Le fer contenu dans un steak est également mieux absorbé que le fer des végétaux (épinards par exemple). Ainsi, l'organisme absorbe de 1 à 10% du fer contenu dans les végétaux et de 5 à 20% du fer des produits d'origine animale.

LES AUTRES NUTRIMENTS DE LA VIANDE

La viande contient également :

- du **zinc**, oligo-élément qui contribue aux défenses immunitaires de l'organisme ;
- du **sélénium**, oligo-élément qui permet de lutter contre les effets du vieillissement ;
- des **vitamines B6 et B12** qui agissent en synergie et contribuent à prévenir l'anémie (en favorisant l'absorption du fer) et à entretenir la santé du cœur et de la mémoire.

LES GRAISSES ANIMALES

L'alimentation occidentale apporte souvent trop d'énergie en regard du niveau général d'activité physique de la population. Les graisses sont impliquées dans l'excès calorique ce qui leur vaut une mauvaise réputation. Les graisses animales sont particulièrement montrées du doigt parce qu'elles contiennent une proportion élevée d'**acides gras saturés** dont la consommation excessive est associée à une augmentation du taux de cholestérol sanguin (risques de maladies cardio-vasculaires).

Il convient toutefois d'apporter certaines nuances :

- La viande et les produits laitiers actuels sont beaucoup moins gras qu'auparavant notam-

ment grâce à la sélection dans l'élevage. Ainsi, depuis le début des années 70, la teneur en graisse d'une carcasse de porc a diminué en moyenne de 50%.

- La teneur en lipides est très variable selon le morceau de viande. Dans le porc, ce taux varie entre 3 et 35%. Cet animal offre à la fois des morceaux très gras (lard, saucisses) et des morceaux maigres (rôti, mignonnettes). Quant au veau, à la volaille (sans peau) et au lapin, ils fournissent en général une viande maigre.
- Les recherches récentes montrent effectivement que certains acides gras poly insaturés contenus dans la viande et dans le lait, appelés **acides linoléiques conjugués**, peuvent exercer des effets bénéfiques sur la santé de l'homme (effets positifs sur le ralentissement de la croissance de certaines tumeurs, le contrôle du poids corporel, l'immunité, la préservation du tissu osseux). Autre exemple, la graisse de canard et d'oie est riche en **acide oléique** qui participe à la diminution du mauvais « cholestérol ».
- Supprimer l'apport de graisses équivaut aussi à se priver d'un certain nombre de vitamines dites liposolubles (vitamines A, D, E, K solubles dans les graisses).

Quelles réponses aux crises alimentaires et sanitaires ?

Durant la dernière décennie, le secteur agricole, plus particulièrement celui de l'élevage, a été frappé de plein fouet par plusieurs crises alimentaires et sanitaires. La vache folle, le poulet à la dioxine, la fièvre aphteuse ont fait la une des médias pendant de nombreuses semaines engendrant un sentiment d'incertitude voire de panique souvent injustifiée chez les consommateurs.

Dans la foulée de ces événements, l'Union Européenne et chacun des Etats membres ont pris une série de mesures préventives afin d'assurer un contrôle optimal des différentes chaînes de production.

La maladie de la vache folle

Les premiers cas de la maladie « de la vache folle » sont apparus en 1986 en Grande-Bretagne. Cette maladie trouverait son origine dans la modification du procédé de fabrication des farines animales. Compléments alimentaires riches en protéines ajoutés à la ration des animaux d'élevage, les farines animales étaient fabriquées notamment avec les restes des cadavres d'animaux (« déchets d'abattoir » : os, abats, muscles divers).

L'encéphalopathie spongiforme bovine (ESB) atteint le bovin âgé en général de 4-5 ans. Cette maladie s'attaque au cerveau de l'animal et entraîne sa mort. L'ESB ressemble à la tremblante du mouton connue depuis le XVIII^e siècle. Parallèlement au développement de l'ESB au Royaume-Uni, plusieurs cas d'une nouvelle forme de la maladie de Creutzfeldt-Jacob se sont déclarés chez l'homme. Ces trois maladies ont en commun de détruire le cerveau sous l'effet d'un même agent infectieux : le prion qui est le résultat de la

mutation d'une protéine. Les recherches scientifiques sur le prion en sont à leur début. A l'heure actuelle, les chercheurs ne savent pas encore précisément comment l'ESB se transmet aux bovins, ni comment elle peut se transmettre de l'animal à l'homme.

La crise de la dioxine

En 1999, la Belgique a connu ce que l'on a appelé « la crise de la dioxine », événement qui a eu des conséquences désastreuses sur l'économie belge et un retentissement international dont le pays ce serait bien passé.

Le terme « dioxines » regroupe en réalité un grand nombre de composés dont certains sont toxiques. Toute combustion produit des dioxines : incinérateurs, chauffage, feux de jardin, barbecue... Les dioxines sont très difficilement biodégradables et, dès lors, elles persistent très longtemps dans l'environnement. On relève ainsi leur présence dans l'air, dans le sol et dans l'eau.

Une autre source de dioxines sont les huiles de PCB. Les PCB (diphényles polychlorés) sont des composés très résistants au feu autrefois utilisés dans les transformateurs et les condensateurs comme fluide hydraulique ou comme liquide de refroidissement. Les dioxines apparaissent lors de la fabrication et durant le processus de vieillissement des huiles de PCB. La crise de 1999 trouve son origine dans une contamination par les PCB. Une huile de PCB a été déversée dans un parc à conteneurs dans un fût destiné à recueillir des huiles de fritures usagées. Par le processus qui consiste à recycler ces huiles usagées dans les firmes fabriquant des aliments pour animaux, des PCB se sont alors retrouvés dans la composition

d'aliments pour animaux d'élevage et ensuite dans celle de denrées alimentaires.

Plus de 90 % des dioxines accumulées dans l'organisme humain ont une origine alimentaire. Les dioxines et les composés apparentés ont la particularité de s'accumuler dans les tissus adipeux des animaux et dans la graisse du lait. Ainsi, la teneur en dioxines est plus élevée dans les produits laitiers gras, les œufs, les viandes et les poissons gras.

Dioxines et PCB présentent des risques pour la santé de l'homme. Les informations disponibles sur leur toxicité proviennent à la fois d'études réalisées sur des animaux de laboratoire et d'expositions accidentelles (ex. : accident de Seveso en Italie en 1976). De manière globale, il ressort de ces observations que ces substances peuvent engendrer des cancers, des troubles hépatiques, des maladies de la peau ainsi que des dysfonctionnements des systèmes immunitaire, endocrinien et reproductif.

L'OMS estime que la dose journalière admissible (DJA)¹ d'exposition doit se situer entre 1 et 4 picogrammes² par kg de poids corporel, ce qui équivaut à une quantité cent fois inférieure aux plus petites doses ayant induit des effets chez le singe. En 1999, suite à la crise de la dioxine, des teneurs légales maximales complémentaires ont été fixées en Belgique pour la viande bovine, porcine, la volaille, les produits laitiers, les œufs et les graisses. Par ailleurs, il semble que les efforts consentis dans l'UE en vue de réduire les émissions de dioxines se sont traduits lors des deux dernières décennies par une diminution importante de la dose absorbée.

La fièvre aphteuse

La fièvre aphteuse est une maladie virale qui affecte les ruminants (sabot fendu) comme les bovins, les moutons, les cochons, les chèvres. Elle se caractérise par l'apparition d'aphtes sur les pieds et la langue des animaux.

L'homme n'est pas sensible à cette maladie. Mais il peut toutefois être porteur du virus, tout comme d'autres animaux (chiens, chats, chevaux, volailles...) et les transmettre aux ruminants. La fièvre aphteuse est effectivement très contagieuse. La contamination est facilitée par le contact des animaux vivant en troupeaux et lors de leur transport. Le virus peut aussi être transporté par le vent sur des grandes distances (jusqu'à 60 km). D'où la nécessité d'isoler totalement les exploitations où sont détectés des cas de fièvre aphteuse comme ce fut le cas en 2000 en Grande-Bretagne. La fièvre aphteuse n'entraîne pas la mort des animaux qui en sont atteints. Mais elle a des répercussions économiques désastreuses car elle entraîne pour l'agriculture du pays qui est touché le gel national de tous les produits de viande et d'aliments d'origine animale.

Un vaccin existe mais celui-ci n'est plus administré dans l'Union Européenne depuis 1992. La raison est qu'il n'est pas possible de distinguer un animal vacciné d'un animal contaminé. Des pays tiers (hors UE) n'acceptent pas l'importation d'animaux vaccinés contre la fièvre aphteuse pour ce motif. Or, ces états constituent des débouchés importants pour la viande européenne. Ce qui explique le maintien de la décision de ne pas vacciner en 2000 lors de l'épidémie britannique.

¹ La dose journalière admissible (DJA) représente la dose d'une substance que l'on peut ingérer quotidiennement pendant toute une vie sans risque d'effets nuisibles.

² 1 picogramme = 10⁻¹² gramme.

Les hormones

La Belgique a derrière elle un long combat contre l'usage illégal d'hormones et de stimulateurs de croissance. L'assassinat du vétérinaire Karl Van Noppen en 1995 a mis au jour l'existence d'une véritable mafia des hormones opérant dans notre pays. Suite à cet événement, les autorités ont considérablement renforcé le système répressif faisant ainsi de la législation belge en matière d'hormones l'une des plus sévères d'Europe.

Il existe deux types d'hormones : les hormones chimiques et les hormones dites naturelles c'est-à-dire normalement présentes dans l'organisme. En Belgique, le recours aux hormones, chimiques ou naturelles, dans les élevages est interdit comme dans le reste de l'UE. Par contre, l'utilisation contrôlée d'hormones naturelles est autorisée dans certains pays tiers, notamment aux États-Unis, ce qui suscite des tensions régulières entre l'UE et ces états. Depuis 1988, l'UE interdit l'importation de bœuf américain, canadien, australien et néo-zélandais dopé aux hormones. Ces pays pénalisés y voient une mesure de protectionnisme. Tout le débat repose sur l'innocuité de ces hormones qui, à l'heure actuelle, n'est pas prouvée à 100%. Dans le doute, l'UE préfère appliquer le principe de précaution, démontrant par ailleurs qu'il est tout à fait possible d'élever des animaux sans recourir aux hormones.

Les mesures de prévention européennes

Depuis le 1^{er} juillet 1994, il est interdit d'ajouter des farines animales dans les aliments des ruminants (bovins et ovins). En 2000, cette interdiction a été étendue aux porcs et aux volailles.

Depuis le 1^{er} janvier 2001, aucun bovin de plus de 30 mois ne peut entrer dans la chaîne alimentaire sans subir un test ESB³ au préalable. Les matières à risque de l'ensemble des bovins, animaux sains compris, sont détruites : le système intestinal, et pour les bovins de plus de 12 mois, le crâne, les amygdales et la moelle épinière. Le prion n'a encore jamais été détecté dans la viande, les muscles et le lait.

Les instruments de prévention en Belgique

L'AFSCA

L'Agence Fédérale pour la Sécurité de la Chaîne Alimentaire a été mise en place en 2001 et 2002. Sa mission est de chapeauter toutes les structures chargées de veiller à la sécurité alimentaire.

LE CONSUM

Le Contaminant Surveillance System est un réseau de contrôle qui permet aux autorités de vérifier que certaines substances ne soient pas présentes en trop grandes quantités dans les aliments pour le bétail ou dans la viande bovine car elles peuvent être nocives pour la santé. La dioxine est l'exemple le plus connu mais le CONSUM recherche aussi à détecter la présence de métaux lourds, les résidus de pesticides...

³ Encéphalopathie spongiforme bovine c'est-à-dire la « maladie de la vache folle ».

LE PROGRAMME RÉSIDUS

Le Programme Résidus a pour mission le dépistage d'antibiotiques et d'hormones afin de détecter les éleveurs fraudeurs. Des contrôles sont effectués dans la ferme sur les aliments pour le bétail, l'eau potable, les selles, l'urine et la peau de l'animal. Des contrôles sont également réalisés à l'abattoir.

LA SURVEILLANCE ÉPIDÉMIOLOGIQUE

Le programme de surveillance épidémiologique a pour objectif de lutter contre les maladies des animaux (ESB, fièvre aphteuse, brucellose, tuberculose...). Ce programme repose sur SANITEL.

SANITEL

SANITEL est le système informatique qui identifie et enregistre tout animal agricole en Belgique. Un numéro d'identification unique est attribué à chaque bovin. L'animal le porte à chacune de ses oreilles. Ce numéro d'identification s'accompagne d'un passeport qui reprend les données relatives aux fermes, aux éleveurs et aux mouvements de l'animal. SANITEL joue un rôle important dans le contrôle de la qualité.

BELTRACE ET L'ÉTIQUETAGE

Avec le programme Beltrace, la traçabilité s'étend jusque chez le détaillant. L'étiquette de la viande de bœuf préemballée ou la pancarte de l'étal du boucher doit comporter :

- le numéro d'identification de l'animal
- le pays de naissance
- le (les) pays d'élevage
- le pays d'abattage et de découpe
- les numéros d'identification de l'abattoir et de l'atelier de découpe

L'INSPECTION DE LA VIANDE

La viande fait l'objet de contrôles à l'abattoir et chez les fabricants de charcuteries. Ces contrôles sont pratiqués par des vétérinaires.

Label, logo, bio : comment s'y retrouver ?

Les labels, logos et autres marques collectives sont des outils d'identification et de différenciation qui existent depuis plusieurs décennies. Ex. : le Label Rouge français qui a été créé en 1965. Dans la foulée des récentes crises alimentaires et sanitaires, on a toutefois assisté à l'émergence de toute une série de nouveaux logos et labels divers avec, en bout de course, une certaine confusion dans l'esprit du consommateur.

Pour être crédible, un label de qualité doit en réalité répondre à 3 critères :

- Il doit se référer à une marque collective ; il ne peut donc être la propriété d'un seul producteur ou distributeur. La marque collective peut émaner d'un organisme public ou du secteur privé.
- Il doit répondre à un cahier des charges précis.
- Le respect des conditions énoncées dans le cahier des charges fait l'objet de contrôles et d'une certification par un organisme indépendant.

EQWALIS : MARQUE COLLECTIVE WALLONNE

Depuis 2003, une réforme de la politique de qualité et de promotion des produits agricoles a été engagée en Wallonie par le biais de la création d'une marque collective : EQWALIS.



Cette marque peut être attribuée à tout produit agricole, horticole, forestier et alimentaire qui

- possède des qualités spécifiques et répond à un cahier des charges précis et contrôlé par un organisme indépendant ;
- a une origine wallonne.

Les appellations d'origine

Dans le but de maintenir et de protéger des productions traditionnelles des régions d'Europe, l'UE s'est également dotée d'outils de reconnaissance de qualité :

- **L'appellation d'Origine Protégée (AOP)** est attribuée aux produits dont la production, la transformation et l'élaboration doivent avoir lieu dans une aire géographique déterminée avec un savoir-faire connu et constaté. En Belgique, deux produits bénéficient d'une AOP : le **fromage de Herve** et le **beurre d'Ardenne**.
- **L'Indication Géographique Protégée (IGP)** insiste sur l'existence d'un lien avec le terroir au moins à un des stades de la production, de la transformation ou de l'élaboration. Le **jambon d'Ardenne**¹ bénéficie d'une IGP ainsi que le **pâté gaumais**.

AOP et IGP font également l'objet d'une certification établie par un organisme indépendant².



¹ Voir chapitre sur le jambon d'Ardenne, page 21.

² A côté de l'AOP et de l'IGP, il existe un 3^e système de reconnaissance et de protection européen : la spécialité traditionnelle garantie (STG). Cette mention ne fait pas référence à une origine mais a pour objet de mettre en valeur une composition ou un mode de production traditionnel. En Belgique, cette appellation s'applique aux bières bruxelloises (guezeses...).

Les marques collectives privées

L'agneau Pastorale

Plusieurs groupements d'éleveurs d'agneaux wallons se sont rassemblés sous la bannière « Agneau Pastorale ». Les conditions d'élevage et d'abattage de ces agneaux répondent à un cahier des charges précis : ils doivent être nés en Wallonie et nourris avec des aliments d'origine végétale issus de l'exploitation. L'abattage se fait avant l'âge de 12 mois et selon les normes en vigueur en matière de traçabilité.

La production biologique

Parallèlement au développement des labels et dans le contexte passé d'insécurité alimentaire, la production biologique a connu elle aussi un nouvel envol. La dénomination « produit issu de l'agriculture biologique » s'applique à des produits qui résultent d'un mode de production agricole exempt de produits chimiques de synthèse.

Le cahier des charges d'une filière biologique énonce des règles strictes propres à chaque stades de production. Pour être autorisé à utiliser l'appellation bio, l'agriculteur doit notifier son activité auprès du ministère de l'agriculture. Depuis le début des années 90, les productions biologiques végétales sont régies par une réglementation européenne. Quant aux filières d'élevage biologiques, elles doivent se soumettre aux réglementations nationales.

Les principales règles de conduite d'un élevage biologique sont :

- La conversion des troupeaux en élevage bio pendant une période déterminée (ex. : 6 à

12 mois pour les bovins), période durant laquelle la production ne peut être vendue sous l'appellation « bio ».

- La mise à disposition d'aliments provenant de cultures biologiques et issus en partie de l'exploitation.
- Une attention particulière au bien-être du troupeau
- Le recours à une médecine vétérinaire préventive et aux traitements alternatifs (homéopathie...); le recours aux traitements classiques (antibiotiques, antiparasitaires...) ne se fait qu'en cas d'absolue nécessité.
- L'abattage fixé à un âge minimal.

La commercialisation d'un produit issu de l'agriculture biologique doit subir le contrôle et obtenir la certification d'un organisme agréé sur le territoire belge. Actuellement, **Ecocert** en Wallonie et **Blik** en Flandre sont agréés pour réaliser les contrôles et la certification. **Biogarantie** est le principal label belge pour les produits issus de l'agriculture « bio ».

La filière « bio » en Belgique et dans le reste de l'Europe est en pleine croissance. Toutefois, il s'agit encore d'une consommation très modeste, la vente de produits « bio » représentant 1 % des ventes alimentaires seulement. En cause, le prix des produits biologiques de 5 % à 50 % plus cher que les produits issus de l'agriculture intensive. L'agriculture bio revient, en moyenne, deux fois plus cher au fermier que l'agriculture conventionnelle et les rendements sont moins élevés.

La consommation de produits bio est plus importante dans certains pays européens (3 % en Autriche, au Danemark et en Suisse). Il est vrai que chez nous, la conversion à l'agriculture biologique a été plus lente. Les fermes bio sont surtout présentes dans le sud du pays : en 2001, on en comptait 440 en Wallonie et 250 en Flandre.

Table des matières

Le bœuf	1	Les volailles	27
L'élevage bovin en Belgique	2	LE POULET	27
Le Blanc-Bleu Belge :		Les différents types d'élevage	28
la race à viande par excellence	3	L'étiquetage	28
L'alimentation des bovins	4	Quel poulet choisir ?	29
La viande de bœuf :		Les différents morceaux de poulet	30
il y a bœuf... et bœuf !	5	Les autres membres de la famille	30
La découpe et les différents morceaux	5		
Les caractéristiques organoleptiques		L'ŒUF	31
d'une viande	6	La production	32
Les différents morceaux de viande de bœuf	7	Grands et petits élevages	32
Les constituants de la viande	8	Des œufs triés et calibrés	33
Quels morceaux pour quelles utilisations	9	Les catégories de poids	33
Les principaux modes de cuisson	10	L'emballage	33
		La fraîcheur et la conservation des œufs	34
		La cuisson	34
Le veau	12	LE CANARD	37
L'élevage du veau	12	La consommation de foie gras	37
Les principaux morceaux	13	La production de foie gras	37
		Le gavage	38
		Comment choisir le foie gras ?	39
		Comment servir le foie gras ?	39
		Les autres produits du canard gras	39
Le porc	14	LES AUTRES VOLAILLES ÉLEVÉES	
L'élevage porcin en Belgique	14	EN WALLONIE	41
Les conditions d'élevage	15	• La dinde	42
La filière Porcine Wallonne	16	• La pintade	42
Les races porcines en Belgique	17	• L'oie	42
La viande de porc	18	• La caille	42
Les charcuteries	20	• Le pigeonneau	43
<i>Gros plan sur le jambon d'Ardenne</i>	21	La cuisson des volailles	43
		La conservation des volailles	44
L'agneau	22		
La consommation	23		
L'élevage ovin en Belgique	23		
Les races de moutons en Belgique	24		
La viande d'agneau	24		
La conservation de la viande	26		

Le lapin 45

La production de lapins de chair	46
Les conditions d'élevage	46
La viande de lapin	46

L'escargot 47

Le ramassage	48
L'élevage	48
L'escargot fermier	49
L'escargot en cuisine	49

La truite 50

Les différents truites	50
Truite vivante et truite nettoyée	51
Comment acheter une truite ?	51
Comment la nettoyer ?	51
Comment lever les filets ?	51
Comment conserver la truite ?	52
Comment la préparer ?	52
Les produits dérivés de la truite	53
Les autres poissons de nos rivières	54

Pourquoi manger des produits d'origine animale ? 55

Les protéines animales	55
Le végétarisme	55
Le végétalisme	55
Les autres atouts nutritionnels de la viande	55

Quelles réponses aux crises alimentaires et sanitaires ? 57

La maladie de la vache folle	57
La crise de la dioxine	57
La fièvre aphteuse	58
Les hormones	59
Les mesures de prévention européennes	59
Les instruments de prévention en Belgique	59

Label, logo, bio : comment s'y retrouver ? 61

EQWALIS : marque collective wallonne	61
Les appellations d'origine	61
Les marques collectives privées	62
La production biologique	62

Éleveur par tradition ancestrale, l'agriculteur wallon consacre plus de deux tiers de ses terres aux prairies et aux cultures destinées à alimenter les animaux.

Avec 1,5 million de têtes, c'est incontestablement la filière bovine qui domine le secteur de l'élevage. Lait et viande de bœuf demeurent les deux grands piliers de l'agriculture wallonne. Toutefois, suite à l'instauration des quotas laitiers par la Communauté européenne il y a une vingtaine d'années, le cheptel laitier a connu une chute constante au bénéfice du cheptel viandeux et de son représentant, le Blanc-Bleu Belge. Mixte au départ, la race Blanc-Bleu Belge, création wallonne, est ainsi devenue grâce à une sélection très pointue, une race à viande d'une qualité incomparable.

Il serait toutefois inexact de réduire l'élevage wallon au seul BBB. En la matière, la Wallonie fait preuve d'une grande diversité. Les difficultés que notre agriculture a connues ces dernières années ont en effet amené un certain nombre d'éleveurs à s'engager, dans un souci de diversification, vers des productions que l'on peut qualifier de « haut de gamme ».

Viande de porc et d'agneau produite selon de stricts cahiers des charges, volailles fermières, foie gras et magrets, escargots, truites saumonées... autant de produits d'exception issus des filières d'élevage wallonnes.

Destinée aux futurs professionnels de la restauration, cette brochure a pour objectif de présenter chaque filière selon les angles suivants : habitudes de consommation, situation de l'élevage en Belgique et en Wallonie, morceaux de viande et découpe, produits dérivés, modes de cuisson, conservation. Le document fait également le point sur les apports nutritionnels des productions d'origine animale, sur les réponses aux différentes crises alimentaires et sanitaires ainsi que sur les labels et autres marques collectives.



Agence Wallonne pour la Promotion
d'une Agriculture de Qualité

Cette brochure est une publication de l'Agence wallonne pour la Promotion d'une Agriculture de Qualité (anciennement ORPAH). Pour tout information relative aux filières wallonnes d'élevage :

APAQ-W - Rue Burniaux, 2 - 5100 JAMBES

Tél. : 081/33.17.00 - Fax : 081/30.54.37 - Internet : www.apaqw.be