

## Gagnant-gagnant dans la prairie : biodiversité et qualité de la viande

*Florian Leiber\** – Les pâturages riches en diversité d'espèces végétales entraînent des niveaux plus élevés d'oméga 3 dans la viande. Les herbes ne fournissent pas plus d'oméga 3 ; en revanche, certaines substances qu'elles contiennent protègent les acides gras oméga 3 contre la perte par saturation dans le rumen.



Le trèfle bai, le plantain lancéolé, l'alchémille et le trèfle violet (tous représentés ici) contribuent à augmenter les teneurs en oméga 3 de la viande de bœuf. (Photo : FiBL, Geoffrey Mesbahi)

De nos jours, les exigences auxquelles doit répondre la viande bovine sont élevées. Les caractéristiques habituelles telles que la couleur, le persillage, la jutosité et la tendreté sont toujours au premier plan mais d'autres attentes jouent également depuis longtemps un rôle essentiel dans la décision d'achat, du moins pour ceux qui peuvent se permettre de payer plus cher pour de la viande : les animaux doivent avoir vécu heureux, en bonne santé et le plus naturellement possible. Et le système ne doit non seulement pas nuire à l'écologie du paysage, mais aussi mieux la préserver et la promouvoir. Sans oublier, bien entendu, que la viande doit être saine. Nous ne souhaitons pas regretter le plaisir pris à la dégustation, à quelque niveau que ce soit.

Ce que nous souhaitons n'est-il qu'un mouton à cinq pattes ou tout simplement de la bonne viande de bœuf ? Il y a bien sûr des conflits d'objectifs et résoudre tous les problèmes en même temps semble parfois impossible. Le climat est naturellement au centre des préoccupations et nous devons souvent trouver un équilibre entre différents enjeux sans pouvoir forcément y répondre com-

plètement. Mais il y a aussi des exemples positifs, où le mieux n'est pas l'ennemi du bien, l'un d'eux étant la qualité sanitaire de la viande de bœuf et du lait provenant des pâturages, en particulier des prairies riches en espèces.

### Le pâturage riche en espèces favorise doublement la teneur en acides gras oméga 3

Le sujet des acides gras oméga 3 dans le fromage d'alpage est apparu en Suisse il y a déjà plus de 20 ans et, au fil du temps, les publications scientifiques sur ce sujet se sont multipliées, débordant déjà depuis longtemps sur la viande. Le message est simple : lorsque les ruminants pâturent beaucoup et reçoivent en même temps peu de céréales et de produits à base de maïs, la teneur en oméga 3 et autres précieux acides gras, ainsi qu'en vitamines liposolubles (notamment la vitamine E), augmente considérablement dans le lait, la viande et les tissus gras. Pour les acides gras oméga 3, la valeur est environ trois fois plus élevée par rapport aux

\* Florian Leiber, Dr en sciences naturelles, travaille au FiBL, auprès du Département des sciences animales, où il dirige le groupe Alimentation animale.

systèmes d'alimentation intensifs en stabulation. Nous connaissons ce phénomène en Suisse et nous le constatons de nouveau, exactement dans la même mesure, dans une étude comparative européenne sur la viande de bœuf.

Les causes de cet effet sont intéressantes, notamment pour la gestion des prairies. Un premier point est la « concurrence » physiologique entre les acides gras oméga 3 et oméga 6 dans l'organisme de l'animal. Si l'on donne moins d'acides gras oméga 6 en réduisant la part de céréales et de maïs dans la ration, les oméga 3 s'imposent mieux dans les tissus. L'alimentation à base d'herbe a donc déjà un effet positif en soi. Un deuxième aspect est toutefois lié à la composition des prairies. Il a été constaté à plusieurs reprises que les pâturages plus riches en espèces, notamment en herbes, entraînent des teneurs plus élevées en oméga 3. Ce n'est toutefois pas parce que les herbes fournissent plus d'oméga 3. C'est plutôt que certaines substances contenues dans les plantes empêchent les acides gras oméga 3 de se perdre par saturation dès le rumen.

Les acides gras insaturés sont en grande partie saturés dans le rumen par l'accumulation d'ions hydrogène et sont alors inefficaces. Ce processus est partiellement inhibé par les tanins et autres phénols des plantes, ce qui permet à une plus grande proportion d'acides gras oméga 3 actifs d'atteindre la circulation sanguine des ruminants et d'être utilisés physiologiquement. L'effet est visible dans le lait et la viande, mais aussi dans le muscle cardiaque,

les poumons et les tissus nerveux des ruminants eux-mêmes. Les acides gras oméga 3 y ont les mêmes fonctions importantes pour la santé de l'animal que pour celle de l'humain : effet anti-inflammatoire, santé cardio-vasculaire et développement embryonnaire du tissu nerveux. On suppose, mais ce n'est pas encore prouvé, que le pâturage de prairies riches en espèces a également un effet positif sur la santé des mamelles et la fertilité. À cela s'ajoute, pour l'animal comme pour l'humain, l'effet antioxydant de la vitamine E, qui est également fortement favorisée par le fourrage pâturé.

Les herbes de prairie dont les effets décrits sont avérés sont par exemple le plantain lancéolé, la renouée bistorte, la chicorée, l'alchémille, l'oseille, certaines légumineuses comme le trèfle violet, l'esparcette et le lotier corniculé, et enfin les feuillages, par exemple ceux du frêne et du sureau. Mais c'est surtout l'effet global des pâturages riches en espèces qui est important, et l'on ne sait pas exactement quelles herbes font la différence. On peut toutefois affirmer que cet effet est généralisé dans les Alpes suisses, italiennes et françaises. Des effets comparables des herbes sur les profils d'acides gras de la viande et du lait ont également été démontrés pour le foin et les ensilages d'herbe et de légumineuses.

### Pâturage dans un pré riche en espèces : gagnant toutes catégories

Une fois n'est pas coutume, nous ne sommes donc pas en présence d'un conflit d'objectifs, mais d'une situation gagnant-gagnant : la richesse en espèces des prairies, qui est sans aucun doute d'une valeur écologique élevée, contribue positivement à la santé des animaux au pâturage et à celle des consommatrices et consommateurs de viande bovine. Mais comme nous l'avons vu plus haut, si le pâturage en lui-même (ou l'alimentation à base de foin ou d'herbe ensilée) contribue déjà en partie à l'effet oméga 3, une autre synergie positive entre en jeu ici : en utilisant systématiquement les ressources des prairies pour la production de viande bovine, nous produisons une viande saine, sans concurrence alimentaire avec les aliments végétaux.

Enfin, le pacage et la biodiversité sont également bénéfiques pour le bien-être des animaux. Il a été étudié et prouvé à maintes reprises que les ruminants sont étonnamment habiles à équilibrer leur métabolisme par un comportement de sélection alimentaire au pâturage, et pas seulement en ce qui concerne les nutriments principaux. La neutralisation des mycotoxines, la lutte contre les parasites gastro-intestinaux, l'équilibrage des différentes substances actives végétales et l'utilisation efficace des protéines alimentaires sont réglés par les ruminants en broutant ou en évitant de manière ciblée différentes plantes et composants végétaux. Et ce, avec succès depuis plus de 25 millions d'années. Permettre aux animaux de continuer à adopter ces comportements est un aspect essentiel du bien-être animal. Et donc le quatrième « gain » des prairies riches en espèces. ■



Les bonnes herbes appartiennent à ceux qui se lèvent tôt.  
(Photo : FIBL, Claire Bonnefous)