

LES PRODUITS LAITIERS

Le lait

Présentation du produit

La Normandie, c'est le pays du lait ! L'herbe y est si riche que c'est un régal pour les vaches, et la qualité du lait n'en est que meilleure. Chaque jour, la vache normande produit entre 20 et 30 litres de lait d'excellente qualité.

D'un poids moyen d'environ 600 kg, une vache laitière absorbe 80 à 100 litres d'eau (mais 50 litres lorsqu'elle n'est pas en période de lactation) et 60 à 80 kg de nourriture par jour. Elle passe 8 heures par jour à s'alimenter, entrecoupées de pauses de rumination qui, additionnées, lui prennent 9 à 12 heures. Pour qu'une vache donne du lait, il faut qu'elle ait un veau. Après la naissance du veau, elle produit du lait pendant 10 mois.

Puis elle se repose 2 mois... jusqu'à ce qu'elle donne naissance à un autre petit. La production d'une bonne vache laitière varie entre 4 000 et 7 000 litres de lait par lactation, mais dans certains troupeaux, on observe des performances individuelles dépassant les 10 000 litres !

Après la traite, le lait est envoyé à la laiterie ou dans les fromageries. Avec ce lait sont fabriqués de délicieux produits laitiers : le beurre, la crème, les fromages, les yaourts, les desserts lactés, etc.

En plus du lait de vache, il existe du lait de brebis, de chèvre, de jument...

Nutrition

Le lait de Normandie est un aliment très complet. Il apporte des protéines qui construisent les cellules : c'est cela qui assure le maintien de la vitalité et de la forme physique. Le lait contient aussi du sucre, du lactose et le meilleur du calcium qui assure la construction des os, pour qu'ils soient solides à tous les âges de la vie. Enfin, la matière grasse du lait fournit de la vitamine A, essentielle pour être en bonne santé (croissance, résistance aux infections, vue...). On distingue le lait entier avec 3,6 % de matières grasses,



le lait demi-écrémé avec 1,6 % de matières grasses et le lait écrémé avec seulement 0,3 % de matières grasses.

Pour une alimentation équilibrée, il faut manger 3 produits laitiers par jour, en privilégiant la variété et les fromages les plus riches en calcium, les moins gras et les moins salés.

Quel lait choisir ? Le lait UHT se conserve plusieurs mois, mais il a peu de goût. Le lait frais pasteurisé a un goût proche de celui du lait cru, mais il ne se conserve que 7 jours au frais si la bouteille n'est pas entamée.

Métiers

À la ferme

Élever des vaches, c'est une attention de chaque instant ! Du matin au soir, l'éleveur surveille les vaches et prend soin d'elles. Il les nourrit, leur donne à boire... Toute l'année, l'éleveur vit au rythme des animaux et des saisons. En automne, c'est le retour à l'étable et le sevrage des veaux. L'hiver, c'est la saison du vêlage, et dès le printemps, les animaux retrouvent les pâturages tandis que l'éleveur pense déjà au prochain hiver et prépare les stocks de fourrage... Une vie bien réglée !

La traite

Très contraignante, elle doit s'effectuer matin et soir, tous les jours de l'année. En 1915, l'invention de la machine à traire a soulagé les éleveurs d'un travail fatigant. Aujourd'hui, la traite à la main est devenue marginale dans les pays développés. Le lait est réfrigéré dans un tank à lait juste après la traite, avant d'être pompé par le camion-citerne de la laiterie par contrat avec le producteur.

Les traitements spécifiques en laiterie

- **La standardisation** : selon l'espèce, le type d'alimentation et la saison, la composition du lait est variable. Le taux de matières grasses peut s'élever de 30 à 70 g par litre. L'écumeuse-standardisatrice permet d'harmoniser la composition de laits provenant de différentes exploitations, en particulier pour faire correspondre le taux de matières grasses à celui exigé par la législation sur les laits de consommation et les produits laitiers.

- **L'homogénéisation** : ce traitement physique par pression fait éclater les globules de matière grasse en fines particules homogènes. L'objectif : éviter que la matière grasse ne remonte en surface, ne gêne l'écoulement du lait

ou ne se dépose sur l'emballage lors du traitement thermique de conservation. L'homogénéisation est inutile pour le lait concentré sucré, facultative pour le lait pasteurisé, mais indispensable pour les autres types de lait.

- **Le traitement thermique** : très riche en éléments nutritifs, le lait contient des micro-organismes susceptibles de se développer après la sortie de la mamelle. Parmi eux, certains sont utiles, comme les ferments lactiques, d'autres nuisibles à la qualité. Exceptionnellement, certains peuvent être pathogènes. Pour stopper le développement de ces micro-organismes, des traitements de conservation (chauffage) sont nécessaires. Ils sont physiques et non chimiques. Ainsi, selon le type de produit désiré, le lait subit différents traitements thermiques tels que la pasteurisation ou la stérilisation.

- **La mise en bouteilles.**

Qualité

Certains produits fabriqués à partir du lait de Normandie bénéficient d'une AOP, un signe de qualité qui signifie « appellation d'origine protégée », certifiant que le produit est élaboré en Normandie par des hommes qui ont un savoir-faire reconnu et transmis depuis des générations). C'est le cas du camembert de Normandie, du pont-l'évêque, du livarot, du neufchâtel, du beurre d'Isigny et de la crème d'Isigny. Lorsqu'un éleveur vend son lait, il n'est pas seulement payé en fonction du nombre de litres de lait. Il est aussi payé en fonction de la qualité du lait.

