

## LES VIANDES ET CHARCUTERIES

## Les ovins

EN  
SAVOIR  
PLUS

## Présentation du produit

Grâce à sa richesse en herbe, la Normandie est une terre d'élevage de moutons, appelés aussi ovins. Ces ruminants regroupent les agneaux, les brebis et les béliers. Dans certaines régions, les moutons sont élevés pour leur lait (production de fromage par exemple), mais en Normandie, ils sont élevés principalement pour leur viande. En Normandie, il existe trois races locales : l'Avranchin, le Roussin de la Hague et le Cotentin. L'agneau est dès la naissance allaité par sa mère. Puis après quelques mois, il est élevé en bergerie ou il reste tout le temps dans les prés à brouter l'herbe. Les moutons valorisent les prairies et les espaces où on ne peut rien cultiver (pentes, marais...). Comme tous les animaux herbivores, en broutant l'herbe, ils permettent à certaines espèces de plantes de se développer. Leurs crottes fertilisent le sol et offrent de la nourriture à de nombreux



insectes. Ainsi par le pâturage, ils contribuent au maintien de la biodiversité et à l'entretien des paysages. Après avoir brouté au pré plusieurs mois, voire années, ou grandit dans une bergerie, les animaux partent à l'abattoir pour être transformé en viande (côtes d'agneaux, gigots...) Car l'objectif premier de l'élevage, c'est de nourrir les hommes. Et pour avoir une bonne viande, il faut avoir pris soin des animaux de leur naissance à l'abattoir ; c'est ce que fait quotidiennement l'éleveur, mais aussi les professionnels du

transport et de l'abattage. La viande d'agneau (qui est la plus consommée) vient d'animaux de moins de 12 mois et la viande de mouton, quant à elle, d'animaux de plus de 12 mois (elle a un goût plus marqué).

## Nutrition

Bien Bien manger, c'est avant tout manger une grande diversité d'aliment, dans des quantités adaptées à nos besoins. C'est la clef de l'équilibre alimentaire ! Comme toutes les viandes, la viande d'agneau a une place importante dans cet équilibre

# La Normandie Gourmande

EN SAVOIR PLUS  
Les ovins

car c'est une source naturelle de plusieurs nutriments indispensables. Elle contient des protéines de bonne qualité et bien assimilées, très importantes pour le développement des muscles et le fonctionnement des cellules. Comme toute viande rouge, elle est aussi riche en fer, nécessaire à la croissance, en zinc et en vitamines dont la vitamine B12.

Tu peux te servir de ta main pour connaître la portion dont tu as besoin en fonction de ton âge : une portion type de viande cuite correspond à la taille de la paume de la main et à l'épaisseur du petit doigt !  
À accompagner avec des légumes et des féculents pour un plat complet !

## Qualité

L'Agneau de Prés-salés, élevé sur les herbages salés près du Mont-Saint-Michel, porte le label AOC (Appellation d'Origine Contrôlée) : ce signe de qualité montre que l'agneau est produit en Normandie par des hommes qui ont un savoir-faire reconnu et transmis depuis des générations et qui respectent pour l'élevage de leurs agneaux des conditions précises.