

LES VIANDES ET CHARCUTERIES

EN
SAVOIR
PLUS

Le mouton L'agneau

Présentation du produit

Grâce à sa richesse en herbe, la Normandie est une terre d'élevage de moutons (de la famille des bovidés, des mammifères ruminants), appelés aussi ovins. Cette espèce regroupe les agneaux, les brebis et les béliers. Dans certaines régions, les brebis sont principalement élevées pour leur lait. Mais dans les herbages normands, les moutons sont élevés pour la viande. L'agneau est, dès sa naissance, allaité par sa mère. Après quelques mois, il est élevé en bergerie ou bien il reste dans les prés à brouter l'herbe. La viande d'agneau vient d'animaux de moins de 12 mois. La viande de mouton, vient, quant à elle, d'animaux de plus de 12 mois.

Nutrition

Comme toutes les viandes, la viande d'agneau a une grande place dans l'équilibre alimentaire : elle est riche en protéines, très importantes pour



le développement des muscles et le fonctionnement de toutes les cellules du corps. La viande d'agneau est également une excellente source de fer (qui fixe l'oxygène pour le fournir à nos cellules), de zinc et de nombreuses vitamines, qui aident à rester en forme et en bonne santé ! Pour manger équilibré, il est recommandé de manger de la viande, du poisson ou des œufs une à deux fois par jour, et de l'accompagner de légumes et de féculents, pour manger un bon 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.



Source : CIRVIANDE Basse-Normandie.

Télécharge d'autres fiches sur les produits de Normandie, des recettes et bien d'autres surprises sur www.normandie-gourmande.fr (rubrique « Malle aux trésors »).