

LES VIANDES ET CHARCUTERIES

L'oie et
le canard

Présentation du produit

L'oie et le canard sont des palmipèdes domestiques faisant partie de la famille des oiseaux aquatiques. Ils sont profilés pour la nage grâce à leurs pattes palmées. L'oie est reconnaissable de par sa taille et grâce à son pelage de couleur claire allant du blanc au gris. Le canard, quant à lui, a la tête de couleur vert foncé et son pelage varie selon les espèces (brun foncé ou clair avec des nuances de vert).

En Normandie, comme partout en France, l'oie et le canard sont généralement élevés dans le but de consommer leur foie. Un foie gras est un foie malade, atrophié. Dans la nature, sans intervention humaine, il est impossible d'observer ce phénomène. Le foie gras de canard ou d'oie est le produit issu de ces animaux qui est le plus consommé. Pour obtenir un foie gras de qualité, il faut un animal en bonne santé. Le gavage intervient à partir du 6^e mois de vie et à partir du 12^e jour précédant l'abattage de l'animal. Selon les espèces, la durée du gavage varie. Le foie gras est obtenu par un gavage forcé de l'animal. Aujourd'hui, on utilise essentiellement le gavage standard, douloureux pour l'animal mais qui représente moins de risque de blessures comparé au gavage manuel. Gaver, cela signifie engraisser rapidement le foie pour le faire grossir et obtenir le fameux foie gras. Cette technique permet également d'obtenir le magret et le confit d'oie ou de canard. Principe du gavage : il s'agit d'introduire un tube dans le gosier de l'animal. Ensuite, dans ce tube qui va directement du gosier à l'estomac, on injecte une préparation alimentaire très riche. Il s'agit généralement d'une pâte à base de farine d'orge, d'avoine et de maïs, le



tout mélangé avec du lait écrémé ou du babeurre, à laquelle on peut également ajouter des légumes cuits. Le maïs est l'élément farineux le mieux adapté pour le gavage, surtout s'il est jaune, et de préférence de la récolte précédente. La recette de cette préparation est à la charge de l'éleveur, qui choisit lui-même les ingrédients et les quantités. L'opération a lieu deux fois par jour jusqu'à l'abattage. La France est le premier producteur de foie gras de canard et d'oie dans le monde. Le foie gras se consomme généralement en période des fêtes de fin d'année. On en trouve dans les magasins toute l'année, mais principalement de novembre à janvier.

Suivant son utilisation, le lobe de foie gras est dénervé avant ou après cuisson. Dans le commerce, le foie gras se présente soit entier (avec au maximum deux morceaux issus de deux foies différents), soit assemblé (assemblage de morceaux de foies différents). Selon la réglementation française, ce sont les seules formes autorisées.

Le foie gras est vendu de différentes

façons. Du moins onéreux au plus coûteux :

- Bloc de foie gras : le foie gras est émulsionné plusieurs fois.
- Mousse de foie gras : il s'agit de l'émulsion du foie gras et d'un corps gras.
- Pâté de foie gras : il contient au moins 50 % de foie gras.
- Parfait de foie gras : il contient au moins 75 % de foie gras.

Le foie gras peut se consommer aussi bien cru que mi-cuit ou encore cuit, la technique de préparation variant selon les goûts de chacun. Un foie gras cru doit impérativement être sorti du réfrigérateur 15 minutes avant la dégustation. De cette manière, tous ses arômes seront mieux libérés et la dégustation n'en sera que meilleure.

D'autres morceaux du canard sont excellents : le pilon, le manchon, l'aiguillette, le filet... Et l'oie se mange aussi farcie ou en sauce... Il s'agit de viandes blanches, comme toutes les volailles.

Nutrition

Le foie gras d'oie ou de canard est très riche en protéines ainsi qu'en matières grasses. Cela est dû à l'engraissement de l'animal. Les magrets de canard ou d'oie issus d'un animal à foie gras sont également très riches. Les apports nutritionnels sont poussés à l'extrême du fait du gavage. Il faut donc en consommer mais avec modération.

Quant à la viande de canard ou d'oie, elle est issue d'un animal élevé dans le but de consommer uniquement sa chair. Les apports nutritionnels en termes de protéines, vitamines, minéraux et matières grasses sont présents en quantités suffisantes pour être en bonne santé. Étant des animaux naturellement plutôt gras, l'oie et le canard sont plus riches que les autres viandes rouges, lorsque l'on compare leurs apports nutritionnels. Il est recommandé de consommer de la viande (en alternance avec du poisson ou

des œufs) 1 à 2 fois par jour. Ces aliments apportent des nutriments essentiels qui permettent de construire les muscles et les cellules du corps, et d'assurer la circulation sanguine. Généralement riche en fer, la viande favorise la croissance. Les filets de canards cachent une subtilité. En effet, pour un canard à chair, ils sont appelés filets alors que pour un canard à foie gras, ils sont appelés magrets. La seule différence est la teneur en graisse du morceau de viande.

Le PNNS* préconise de consommer un aliment du groupe viandes (comme l'oie ou le canard)/poissons/œufs, en alternance 1 à 2 fois par jour.

Métier : éleveur

Les éleveurs de volailles sont les premiers intervenants de la chaîne de production pour ces animaux. En effet, ils élèvent soit des oies, soit des canards. Si ces

animaux se ressemblent au niveau de la morphologie, ils ont toutefois des besoins spécifiques. C'est pour cela que les éleveurs se consacrent uniquement à l'un ou à l'autre. Ils ont pour mission d'élever l'animal dans l'optique d'être consommé plus tard. En fonction de l'élevage choisi (foie gras ou à chair), l'éleveur adapte les conditions d'élevage et de vie de l'animal. L'élevage pour foie gras nécessite une surveillance et un contrôle constants de l'animal, de sa santé et de son cadre de vie. L'animal étant déjà mis en souffrance par le gavage, il ne faut pas le stresser plus, au risque qu'il ne décède avant de livrer son foie gras. L'élevage de chair ressemble en tout point à l'élevage du poulet, la seule différence apparaissant au niveau de l'alimentation qui est un peu moins riche. Cela est dû au fait que, naturellement, l'oie et le canard ont une chair déjà riche.

* Programme National Nutrition Santé.



Source : IRQUA-Normandie.

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