

La viande de
vache Maraîchine

**Une viande
de valeurs**



INRAE

la science pour la vie, l'humain, la terre

La Maraîchine, une vache rustique élevée à l'herbe

La Maraîchine est une vache originaire des marais atlantiques, quasiment disparue dans les années 80. En 2020, la population compte **1700 vaches chez 130 éleveuses et éleveurs** localisés principalement en Charente-Maritime, en Deux-Sèvres et en Vendée. La Maraîchine est appréciée pour son caractère maternel, sa capacité à vêler seule et sans accident, son élégance, sa vivacité et sa rusticité : adaptation aux milieux humides, aux chaleurs estivales, résistance aux maladies.

Élevée pour la viande, la Maraîchine pâture les **prairies humides**. En hiver, elle mange le foin des prairies qui peut être complété avec du foin de luzerne ou des fourrages issus de céréales associées à des légumineuses. Des graines de céréales et du foin de luzerne peuvent servir à "engraisser" les animaux avant abattage.

La **viande rouge** est issue de vaches ou de bœufs (mâles castrés). Des veaux, élevés avec leur mère, sont vendus pour leur **viande rosée** : elle n'est pas blanche car le veau mange de l'herbe et vit en liberté avec sa mère.

Ces données sont issues d'une enquête menée auprès de 25 élevages.

Éléments du standard de la race, code 58

Robe fauve ; cornes en lyre ; muqueuses noires

Animaux de grande taille peu conformés (avec exclusion du gène culard basé sur génotypage).



La viande de Maraîchine : des atouts santé

De bons rapports entre acides gras

Les muscles des bœufs Maraîchins présentent des teneurs en lipides de 4 à 5 %, comparables à celles d'autres races à viande. Les muscles des veaux ont des teneurs en lipides moitié moindres.

Les viandes des veaux et bœufs Maraîchins sont intéressantes par rapport à celles d'autres races à viande :

- faible teneur en acides gras saturés totaux
- bon équilibre entre les acides gras saturés et polyinsaturés
- bons rapports hypo / hypercholestérolémiant
- faible rapport Oméga 6/Oméga 3

Par exemple, ce rapport varie entre 2,9 (H) et 3,9 (C) contre des valeurs pouvant atteindre 4,5 pour un animal adulte de race à viande. Selon L'ANSES, plus le rapport est faible, meilleur c'est pour la santé.

Tous ces atouts nutritionnels sont renforcés avec l'alimentation 100 % herbe.

Des atouts aussi en cuisine

Les défenses antioxydantes élevées garantissent aux viandes une meilleure stabilité au cours de la conservation, la cuisson et la digestion.

Qualités nutritionnelles

	BŒUF		VEAU	
	H	C	H	C
Fer (mg/kg)	32,1		17,4	14,0
Lipides totaux (%)	2,77	4,40	1,45	1,29
Acides gras saturés (% des AG totaux)	42,3		38,7	
AG polyinsaturés / AG saturés	0,28	0,19	0,53	
AG hypocholestérolémiant / AG hypercholestérolémiant	1,94	1,68	1,86	1,63
Oméga 6 / Oméga 3	2,91	3,86	1,97	2,29
Vitamine E (µg/g)	5,95	3,33	5,63	2,15
Vitamine A (µg/g)	0,03		0,02	0,01
Glutathion peroxydase (µmol/min/mg prot)	0,17	0,30	0,11	0,06

H 100 % herbe

C Compléments

Sont recherchées les valeurs les plus élevées, sauf pour les lipides totaux, les AG saturés et le rapport Oméga 6 / Oméga 3.

Les cases grisées ont des valeurs équivalentes entre H et C.

Une viande appréciée par les dégustateurs

Plus de mâche à l'herbe, moins de couleur aux céréales

Les dégustateurs ont relevé des différences entre les animaux conduits entièrement à l'herbe et ceux complémentés. Pour le veau 100 % herbe, la couleur de la viande est jugée plus intense, le goût un peu atypique. Pour le bœuf 100 % herbe, la viande est plus juteuse et ne présente pas de goût atypique.

Pour les bœufs comme pour les veaux, les viandes d'animaux complémentés sont jugées plus tendres que celles des animaux 100 % herbe.



Qualités sensorielles

Critères de dégustation

	BŒUF	VEAU
Couleur (intensité)	=	H > C
Tendreté	C > H	C > H
Jutosité	H > C	=
Goûts atypiques (ex. étable)	C > H	H > C

Pour lire la première ligne de ce tableau :

Pour la viande de bœuf, la couleur est équivalente pour les deux régimes d'engraissement.

Pour la viande de veau, la couleur est plus intense pour les animaux nourris 100 % à l'herbe.

Manger de la viande de Maraîchine, c'est aussi partager les valeurs portées par cet élevage :

- **Sauvegarder une race** entretenant les paysages prairiaux variés des marais ;
- **Soutenir un élevage "bas carbone"** peu mécanisé, stockant du carbone et fournissant du fumier aux cultures ;
- **Conserver la biodiversité sauvage** : oiseaux, batraciens, flore, insectes...
- **Renforcer les liens avec les animaux et entre les humains**. Les éleveuses et éleveurs vivent et travaillent avec les Maraîchines mais aussi avec de plus en plus d'acteurs locaux : cuisiniers des cantines et restaurants, bouchers, gestionnaires des collectivités...



"À l'heure où il serait question, pour "sauver la planète" de renoncer à l'élevage, comment imaginer prairies et marais sans les vaches, alors même que c'est grâce à elles que le territoire a été ainsi façonné ?"

Jocelyne Porcher

Quelques références

L'élevage de Maraîchine

The Maraîchine Cattle Breed Supports Breeders and Researchers in the Atlantic Coastal Marshlands. *Ruminants*. <https://doi.org/10.3390/ruminants2020011>

Les qualités de la viande

Rencontres Recherches Ruminants 2022.

Qualités viande de bœufs Maraîchins. *Viandes et Produits Carnés* 2023.

Mais aussi

Porcher J. 2014. «Vivre avec les animaux. Une utopie pour le 21^e siècle». *La Découverte*.

Mondière A. 2022. *Farming with nature*. https://doi.org/10.3920/978-90-8686-939-8_21



Un projet collaboratif de recherche

Éleveurs, bouchers, naturalistes et chercheurs souhaitaient pouvoir décrire et “savoir parler” de la viande de Maraîchine. Leurs discussions ont débouché sur un protocole scientifique mis en place en 2022.

La caractérisation des viandes

Les qualités nutritionnelles ont été caractérisées par des analyses physico-chimiques. Les qualités sensorielles ont été évaluées par des jurys de dégustation experts.

Deux régimes d'engraissement ont été comparés : soit les animaux mangeaient uniquement de l'herbe (100% herbe) soit, en plus de l'herbe, ils recevaient un mélange de céréales et/ou fourrages, comme la luzerne (complémentés). Pour l'étude, 13 élevages ont fourni des viandes et 48 animaux ont été échantillonnés :

- 18 bœufs : 10 en 100% herbe (H) et 8 complémentés (C)
- 30 veaux : 15 en 100% herbe (H) et 15 complémentés (C)



INRAE

la science pour la vie, l'humain, la terre

Projet 2018-2022 **soutenu par**

Fondation
de
France

En partenariat avec



BORDEAUX
SCIENCES
AGRO

esa
ÉCOLE SUPÉRIEURE
D'AGRICULTURES
Angers Loire



Agir pour
la biodiversité

Contact : INRAE Saint-Laurent-de-la-Prée
Anne Farruggia | anne.farruggia@inrae.fr
Bénédicte Roche | benedicte.roche@inrae.fr