

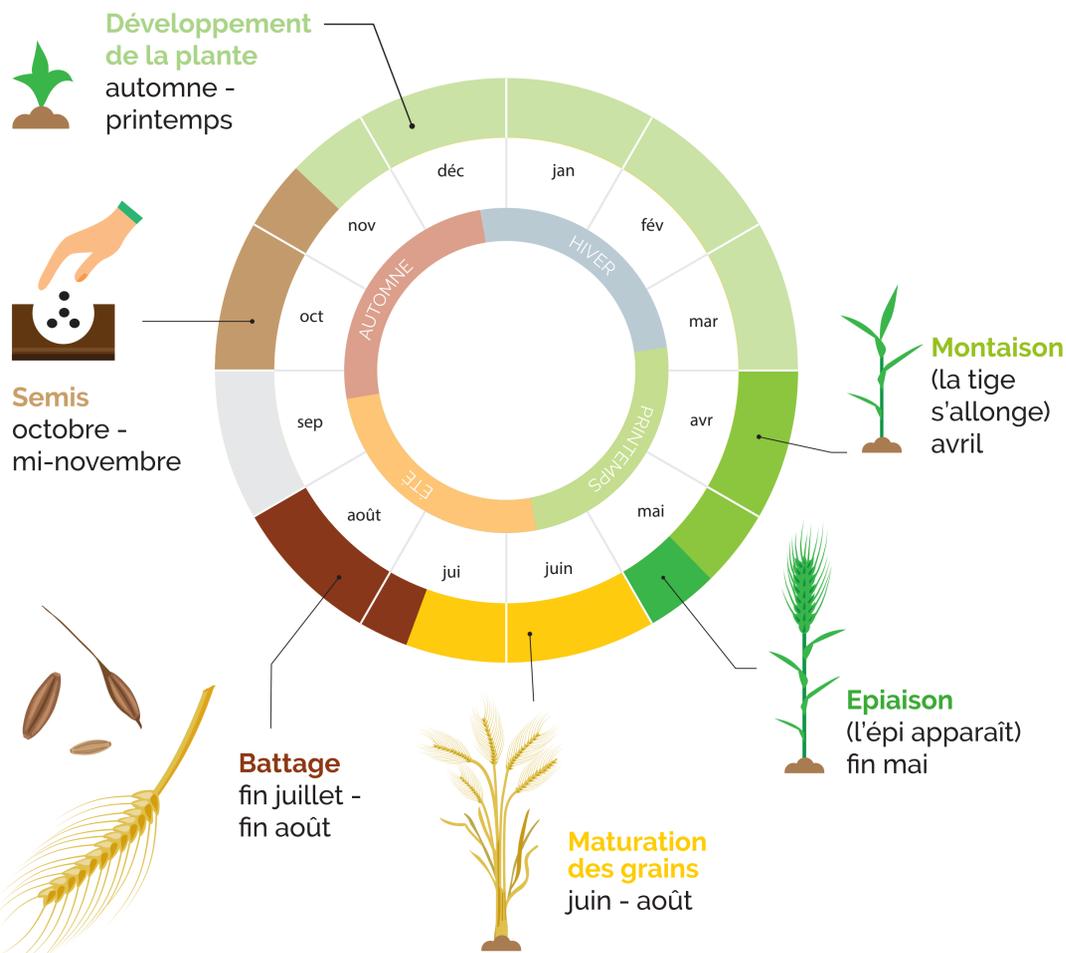


Épeautre



Comment ça pousse?

Mais ça sert à quoi?



Alimentation

L'épeautre est incorporé à l'alimentation de différentes manières:



Non transformé. le grain sert d'ingrédient pour de nombreuses soupes, salades et différents plats.



Moulus. les grains servent à la fabrication d'une farine utilisée pour la fabrication de pâtes alimentaires.



Maltés ou grains crus: quelques brasseries mêlent de l'épeautre à leur bière.



Litière animale

L'épeautre fournit également une **paille de bonne qualité** utilisée par les éleveurs. Sa souplesse en fait une excellente litière pour le bétail.

5 000 ha = 21 000 t
surface d'épeautre cultivée en Suisse récolte par an

Comment soigner cette culture?

Ici ces plantes sont cultivées SANS TRAITEMENT PHYTOSANITAIRE

La culture de l'épeautre est très **extensive**: elle ne nécessite pas ou peu d'apport d'engrais et se porte en général bien sans traitement phytosanitaire.

L'épeautre est sensible au champignon «**piétin verse**». L'**alternance des cultures** est importante sur une même parcelle pour en limiter les risques. Il est ainsi préférable de ne pas l'implanter après une céréale ou une prairie.

Après le battage, le grain d'épeautre reste enfermé dans son enveloppe: la **glume**. Sa préparation au moulin nécessite donc une étape de **décorticage**.

Bon pour la santé!

Reconnu pour ses **valeurs nutritionnelles** supérieures à celles des autres céréales, l'épeautre est riche en:

- protéines;
- magnésium;
- zinc;
- fer.

Le **gluten** contenu dans l'épeautre est différent de celui du blé. Il ne prévient cependant pas de l'intolérance alimentaire au gluten.



Plus d'infos:

