Pasto

Le journal des p'tits bergers

Avis aux gourmands !

Tu aimes les merguez et les fromages ? Sais-tu d'où viennent tous ces bons produits ? *Pasto, le journal des p'tits bergers*, t'emmène découvrir les troupeaux d'alpage. Tout l'été, les vaches, chèvres et moutons montent pour prendre le bon air des montagnes et brouter les petites fleurs qui parfumeront leur lait ou leur viande. Tu pourras fabriquer ton fromage blanc « maison », grâce à la recette de *Pasto*. Tu verras aussi que certains enfants ont la chance d'accueillir un berger dans leur école… Bonne lecture !

Pasto est destiné aux enfants et à leurs parents. Il est réalisé dans le cadre du Réseau Pastor'Alpes pour témoigner de la richesse des alpages, estives et autres parcours. Les partenaires de ce réseau souhaitent ainsi rendre hommage aux femmes et aux hommes qui, par leur passion, font vivre le pastoralisme.

De l'alpage à l'assiette

Sur l'alpage du Rosay, dans le massif des Bauges, Pascal Paon rassemble son troupeau de brebis. © Pierre Witt

Norbert, le chien de berger titulaire

Bande dessinée : Didier Balicevic

Exemplaire gratuit, ne peut être vendu.

De l'alpage à l'assiette

Le circuit du lait et du fromage

Abondance, reblochon, tome des Bauges, beaufort, picodon, saint-marcellin, bleu du Vercors-Sassenage… autant de noms qui sentent bon les montagnes. Ils sont fabriqués à partir de lait de vaches ou de chèvres broutant l'été sur les pâturages en montagne.

1 Les troupeaux

Les races qui montent passer l'été dans les alpages sont adaptées à la vie en montagne. Elles sont rustiques et sont capables de se déplacer sur des terrains pentus. Elles se nourrissent uniquement de l'herbe des alpages.

2 Les gardiens des troupeaux

Il existe de nombreux mots pour les nommer : berger, vacher, éleveur, alpagiste… et ont tous une signification différente.
En général, le gardien de troupeau s'appelle «berger» et le propriétaire du troupeau «éleveur». Parfois, l'éleveur peut être berger, ce qui est souvent le cas dans les Alpes du Nord. C'est un alpagiste. Quant au vacher, c'est le berger des vaches ! Le berger étant à l'origine le gardien des moutons.

3 La salle de traite mobile

Deux fois par jour, l'alpagiste déplace cette trayeuse mécanique en fonction des zones de pâture. Il peut ainsi traire son troupeau directement dans les alpages. C'est bien pratique !

4 À déguster sur place ou à emporter !

Certains chalets d'alpages sont équipés d'un atelier de fabrication. Les alpagistes y fabriquent leur fromage et le vendent aux randonneurs de passage ou à la coopérative locale.

5 La coopérative laitière et fromagère locale

Elle achète le lait, qui est transporté par camion, des différents alpages pour le vendre et/ou fabriquer du fromage comme le beaufort, l'abondance ou le reblochon. Elle peut aussi fabriquer d'autres produits à base de lait, comme du beurre, de la crème fraîche ou des yaourts.

6 Le marché

L'alpagiste ou le berger peuvent vendre le fromage produit à la ferme directement sur un marché local. Une commercialisation directe du producteur au consommateur !

7 Le supermarché

Il achète son lait et ses fromages à un grossiste, qui se fournit auprès d'une grosse coopérative laitière et fromagère nationale.

Une vraie championne

L'abondance est une vache laitière parfaitement adaptée aux milieux montagnards. On la reconnaît facilement à sa robe pie rouge acajou, à son chignon blanc, et à ses « lunettes » brunes. Grâce aux 6 000 kilos de lait qu'elle produit chaque année, on confectionne des fromages comme le reblochon, l'abondance, le beaufort, la tome des Bauges… Chaque jour, elle broute près de 150 kilos d'herbe !

Le beaufort d'alpage

Ce fromage est fabriqué après chaque traite en alpage, avec le lait d'un seul troupeau de vaches de race abondance ou tarine (et non du lait mélangé de différents troupeaux, comme en coopérative). Les meules pèsent environ 40 kilos et sont affinées en cave pendant 5 mois minimum. Il est moulé dans des cercles de hêtre puis pressé et salé.

Famille nombreuse

Sais-tu qu'à partir du lait, on peut fabriquer une multitude de produits laitiers : du fromage, mais aussi de la crème fraîche, du beurre, du fromage blanc ou des yaourts ?

Des montagnes différentes

Dans les Alpes du Nord, les bergers ont une autre ferme en montagne pendant l'été : c'est le chalet d'alpage. Dans certains départements, dont la Drôme, les bergers profitent de l'herbe de la montagne pour leurs troupeaux sans y habiter tout l'été. Ils reviennent tous les jours à la ferme pour y faire la traite et la fabrication du fromage. Par exemple, le picodon, fromage typique de la Drôme, ne se fabrique pas en alpage, et les chèvres estivent sur des pâturages situés autour des fermes.

Un petit goût de montagne

L'hiver, les troupeaux mangent principalement du foin. L'été, en revanche, ils broutent l'herbe fraîche et les fleurs des alpages. Ce bouquet de saveurs se retrouve dans leur lait et donne aux fromages de montagne un goût unique !

À chaque lait son fromage

Les laits de vache ou de chèvre ont des goûts très différents. Il en va de même des fromages. Sais-tu que certains fromages sont fabriqués aussi à partir du lait de brebis ?

De l'alpage à l'assiette

Le circuit de la viande

Sais-tu d'où vient la viande que tu manges ? Les merguez de ton barbecue ? Par où sont-elles passées avant d'arriver sur l'étal du boucher, dans les rayons du supermarché ou sur la carte d'un restaurant ?

1 Les troupeaux

Après avoir passé l'hiver dans les fermes des vallées, les bêtes montent passer l'été dans les alpages. Cette période, du printemps à l'automne, s'appelle « l'estive ». Les vaches sont souvent accompagnées de leurs veaux et les brebis de leurs agneaux. Les brebis portent des marques sur le dos : chaque marque correspond à un propriétaire. Certains troupeaux dépassent les 1000 têtes et appartiennent donc à plusieurs éleveurs. Pas question de les mélanger quand il faudra les rendre à leurs propriétaires !

2 Le berger

Il conduit son troupeau de moutons ou de vaches sur les pâturages, à l'aide de son chien. Il soigne et protège ses animaux. Il peut travailler pour le compte d'un ou de plusieurs éleveurs, ou pour lui-même s'il est le propriétaire de son troupeau. Il déplace le troupeau en fonction de la pousse de l'herbe pour être sûr que ses bêtes auront assez à manger durant l'été. En même temps, il contribue à entretenir l'espace et l'équilibre paysager, ainsi qu'une biodiversité riche et spécifique.

3 Cabanes ou chalets...

Pendant l'estive, les alpagistes, les bergers et les vachers peuvent soit dormir en montagne, soit redescendre en vallée. Lorsqu'ils restent en montagne avec leur troupeau, là encore leurs conditions de vie peuvent varier : ils s'abritent soit dans un chalet confortable et à la pointe des nouvelles technologies, soit dans une simple cabane en bois.

4 La vente à la ferme

L'éleveur peut vendre sa viande directement aux consommateurs. Le plus souvent, il vend des caissettes de plusieurs kilos. Dans ce cas, Il confie ses bêtes à l'abattoir local. Il peut aussi vendre une partie de son troupeau à un marchand de bétail.

5 Le marchand de bétail

Il achète des bêtes à des éleveurs pour les envoyer à l'abattoir local ou à un abattoir national. L'abattoir national revendra ensuite la viande à des grossistes qui se chargeront d'approvisionner les supermarchés de France.

6 L'abattoir local

C'est là que les bêtes sont abattues. L'abattoir est chargé d'analyser la viande pour vérifier qu'elle ne présente pas de problème pour la santé humaine et d'assurer sa « traçabilité » : grâce au numéro d'identification inscrit sur les boucles que chaque bête porte aux oreilles, on peut savoir d'où elle vient. L'abattoir dispose généralement d'un atelier de découpe qui transforme la viande en rôtis, escalopes, côtelettes, merguez, etc.

7 Le boucher

Il achète sa viande directement à l'éleveur ou à l'abattoir local pour la revendre aux consommateurs. Il sait ainsi d'où elle vient, ainsi que le niveau de la qualité de la viande de bœuf, de veau ou d'agneau qu'il vend dans sa boutique.

Les races à viande

Certaines races de vaches sont plus adaptées à la production de viande. C'est le cas de la charolaise, la limousine ou encore l'aubrac, une race rustique. Toutefois, la viande des races laitières peut aussi être consommée. Quant aux brebis, elles ne sont que très rarement élevées pour leur laine ou pour leur lait mais principalement pour la viande de leurs agneaux. Les races privilégiées sont la mérinos d'Arles, la mourérous aux nez et pattes rouges, ou encore la préalpes du Sud.

Les naissances

La plupart des vaches et des brebis mettent bas au printemps et en automne. Les naissances en alpages sont très rares. Les veaux et les agneaux ne suivent pas toujours leur mère dans les pâturages. Le terrain est parfois trop accidenté. Ils restent alors autour du chalet d'alpage.

Qualité garantie

Aujourd'hui, il existe des « labels » qui garantissent la qualité des produits. Le label rouge « agneau de Sisteron », par exemple, certifie que les bêtes ont grandi au coeur des montagnes autour de Sisteron (Alpes-de-Haute-Provence).

Le goût des montagnes

Les pâturages aux mille senteurs, dans lesquels vivent les animaux, confèrent un goût succulent et typique à leur viande. Leur régime alimentaire et leur lieu de vie ont une influence significative sur la qualité et les propriétés gustatives de leur chair.

À la carte

La viande des animaux est vendue sous forme de morceaux (rôtis, gigots, côtelettes, merguez, filets, etc.). Une partie est également transformée en charcuterie (viande séchée, saucisson, saucisses, etc.) ou intégrée dans des plats préparés (tomates farcies, hachis Parmentier, etc.).

Les bergers s'invitent à l'école

Pour mieux expliquer leur travail, certains bergers n'ont pas hésité à retourner à l'école ! Ils ont pu expliquer aux élèves tout l'intérêt de leur travail et les ont invités à venir les rencontrer sur leurs alpages.

Savoie et Haute-Savoie

Un berger dans mon école

Ce programme de sensibilisation au pastoralisme est organisé autour d'un itinéraire pédagogique établi en partenariat entre les enseignants, les conseillers pédagogiques et les Sociétés d'économie alpestre de la Savoie et de la Haute-Savoie.

Quelles classes ?
En 2014, 12 classes du CP au CM2.

C'est quoi un alpage ?
Les élèves ont été sensibilisés et éduqués au monde de l'alpage et de l'agriculture de montagne, en leur expliquant ce qu'est le travail des éleveurs et des bergers, et l'importance qu'il a sur l'environnement montagnard.

***Pasto* dans les classes !**
Ce programme s'articule autour de moments forts comme la visite d'un berger, le travail en classe à partir d'une mallette pédagogique et du journal *Pasto*, une journée de partage avec les autres classes participantes, et une sortie en alpage à la rencontre du berger pour finir l'année en beauté.

En savoir + ***www.echoalp.com***

Ain

Les alpages toute l'année

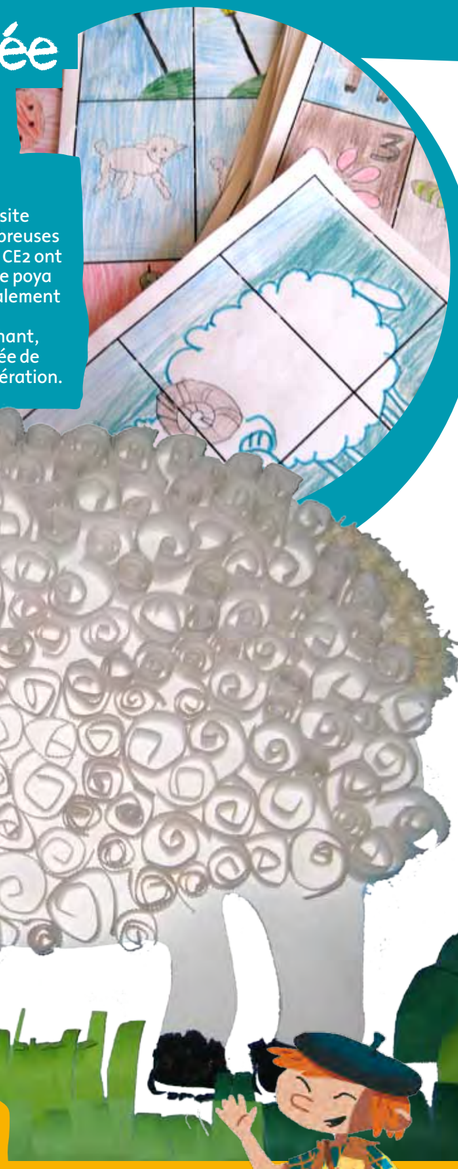
L'école d'Izernore (Ain) a suivi pour la 3ème fois l'opération « Un berger dans mon école ». Tout au long de l'année, ce thème s'est décliné aussi bien en mathématiques qu'en lecture, chant ou arts plastiques.

Pour qui ? Une classe de CE1/CE2 et une classe de CE2.

Le monde des alpages
L'objectif de cette opération ? Découvrir aux enfants le monde des alpages et les animaux. Même en milieu rural, les enfants ne connaissent pas forcément bien les animaux (génisses, moutons, etc.).

Visite, jeu et spectacle !
Ce programme a démarré avec la visite d'un berger qui a répondu aux nombreuses questions des enfants. Les élèves de CE2 ont réalisé un jeu de 7 familles et peint une poya (montée en alpage). Les classes ont également visité une ferme et une fromagerie. Elles concluront leur projet par un spectacle de chant, une sortie en alpage avec le berger et une journée de mutualisation avec les autres écoles ayant suivi l'opération.

En savoir + ***www.echoalp.com***



Isère

Un projet pédagogique autour du pastoralisme

La communauté de communes du Trièves a mis en place avec l'équipe mobile académique de liaison et d'animation (EMALA) un projet pédagogique pour valoriser le pastoralisme dans les écoles du territoire.

Découvrir et comprendre le pastoralisme
- Les enfants ont pu comprendre comment les hommes occupent, utilisent et transforment leurs territoires, pour et par leurs activités (alpage et agriculture de montagne).
- Ils ont découvert et observé le patrimoine : les territoires de montagne, avec l'alpage mais aussi l'eau et la forêt, leurs produits et leurs images.
- Les élèves ont pu observer quelques aspects de la diversité des formes d'habitats.
- Sensibilisés aux traces du passé, ils ont découvert une activité à la fois moderne et traditionnelle, qui contribue au développement durable des espaces montagnards.

Des sorties et des animations toute l'année !
Sur toute l'année scolaire 2013/2014, les enfants ont pu participer à différentes animations et sorties : projection d'un film, rencontre avec un berger dans le Vercors, avec une éleveuse de brebis, observation de l'agnelage et de la tonte des moutons, découverte des métiers de la laine et de la bouche, accompagnement d'un bout de transhumance. Les sorties ont été réalisées en présence d'un photographe qui a appris aux enfants à faire des photos. À la fin du projet, les enfants réaliseront un petit livret présentant des photos et des témoignages.

Pour qui ?
3 classes, du CP au CM2.

Drôme

La vie dans les alpages

La communauté de communes de Bourg-de-Péage a organisé en juillet 2013 une journée dans les alpages pour 50 enfants du canton. Cette opération a été montée en collaboration avec l'Association départementale d'économie montagnarde (ADEM), le service pastoral de la Drôme.

Les enfants sont montés au plus haut de l'alpage, à la rencontre du berger.

Le berger et sa femme expliquent leur métier aux enfants.

Pour qui ?
50 enfants du canton de Bourg-de-Péage, âgés de 7 à 12 ans.

Produits et métiers de la montagne
Les enfants sont partis à la découverte de la production et les métiers locaux liés à l'espace rural. Cette journée a été un tel succès que l'idée d'en organiser d'autres germe dans la tête des responsables. À suivre...

Montée à l'alpage
Les enfants sont montés sur les alpages de Font d'Urle, dans le Vercors. Ils ont rencontré le berger, sa femme et leur troupeau de brebis. Ils ont dégusté de la tomme de brebis, observé la faune et la flore, et découvert la vie des bergers en estive, ses plaisirs et ses difficultés.

Photos : D.R.

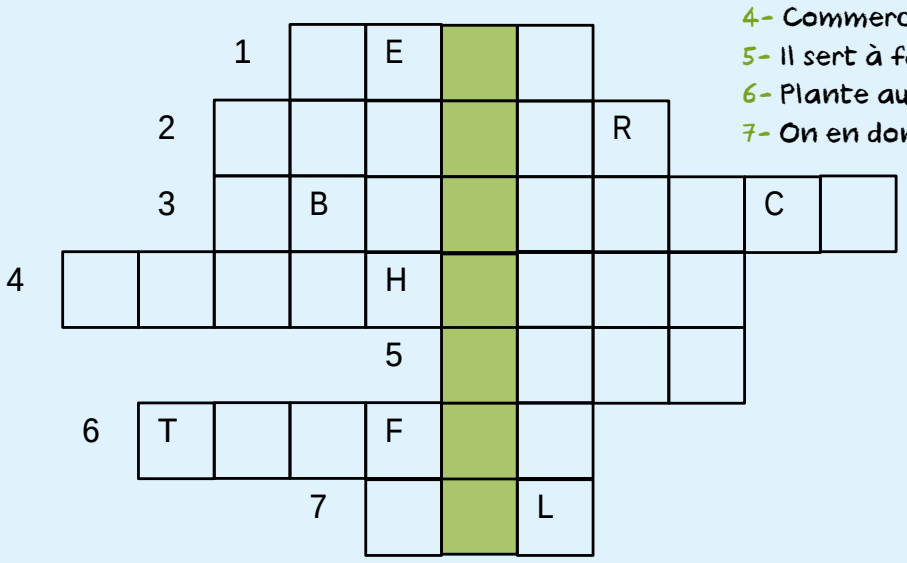
Encore + de jeux !

Le mot mystère

Écris dans la grille les mots correspondant aux définitions. Dans les cases vertes, tu découvriras le nom que l'on donne à un jeune mouton femelle de moins d'un an.

1- Petit de la vache.
2- Il garde les moutons dans les alpages.
3- Célèbre fromage fabriqué en Haute-Savoie. Il porte le nom d'une vallée.
4- Commerce où l'on peut acheter de la viande.
5- Il sert à fabriquer le fromage, le beurre et la crème fraîche.
6- Plante aux fleurs roses que les troupeaux broutent dans les alpages.
7- On en donne aux animaux en complément de l'herbe qu'il broutent.

Solution : *agnelle (veau – berger – abondance – boucherie – lait – tréfle – sel).*



Pasto-quiz

Cherche les réponses à ce quiz.
Elles se trouvent toutes dans ce numéro de *Pasto* !

1) Quelle personne garde les vaches dans les alpages ?

◯ Le chevrier ◯ Le vacher ◯ Le berger

2) Combien de kilos d'herbe une vache mange-t-elle chaque jour dans les alpages ?

◯ 20 kg ◯ 90 kg ◯ 150 kg

3) Comment s'appelle la période où les bêtes montent passer l'été dans les alpages ?

◯ L'estive ◯ L'alpagisme ◯ La montagnette

4) Dans quel lieu les bêtes sont-elles tuées pour être transformées en pièces de viande ?

◯ La coopérative ◯ L'abattoir ◯ La boucherie

Solutions : *1/ le vacher – 2/ 150 kg – 3/ L'estive – 4/ L'abattoir.*

Fabrique ton fromage blanc maison

Il te faut :
- 1 litre de lait entier pasteurisé
- 1 petit-suisse
- 3 gouttes de présure (tu peux en acheter en pharmacie)

© D.R.

- Chauffe le lait entre 33 et 35 °C dans une casserole. Contrôle la température avec un thermomètre de cuisson.
- Une fois le lait à la bonne température, coupe le feu. Ajoute la présure et le petit-suisse. Mélange bien.
- Couvre ta casserole avec un torchon et laisse reposer 24 à 48 h dans une pièce chaude, sans y toucher. Le caillé (partie solide) va se former et le petit-lait (partie liquide) apparaîtra sur les bords.
- Recouvre une passoire avec un torchon et place-la au-dessus d'un saladier. Prélève le caillé avec une louche, et dépose-le délicatement sur le torchon.
- Laisse reposer 1 à 3 h afin que le petit-lait s'écoule lentement dans le saladier.
- Quand le petit-lait s'est bien écoulé, tu peux fouetter le caillé pour le rendre plus onctueux. Ton fromage blanc est prêt. Conserve-le au réfrigérateur.

Déguste ton fromage blanc avec du miel, de la crème de marrons, de la confiture ou tout simplement un peu de sucre. Miam !

À lire en alpage !

Le jour où les moutons décidèrent d'agir
de Clément Chabert • Éditions De La Martinière
Jeunesse • 26 pages • 12,20 €

Résumé de l'histoire

Il était une fois un troupeau de moutons qui vivait dans la montagne. L'herbe était grasse, le soleil brillait et ils n'avaient rien d'autre à faire que de brouter… Mais, dans la forêt voisine, vivait un loup… Les moutons, c'est bien connu, sont des suiveurs. Dans cet album pourtant, ils nous surprennent. Ils mettent en place plusieurs tactiques pour échapper aux dents du loup… Les idées ne manquent pas mais tour à tour, les propositions sont rejetées faute de faire l'unanimité… L'imagination des moutons aura-t-elle raison de l'appétit du loup ?

Pasto, le journal des p'tits bergers
Réseau Pastor'@lpes - www.pastoralpes.fr
Pour plus d'informations sur le pastoralisme :
En Haute-Savoie : Société d'économie alpestre de la Haute-Savoie (SEA74) - www.echoalp.com, sea74@echoalp.com
En Savoie : Société d'économie alpestre de Savoie (SEA73) - www.echoalp.com, sea73@echoalp.com
En Isère : Fédération des alpages de l'Isère (FAI) - www.alpages38.org, federation@alpages38.org
En Drôme : Association départementale d'économie montagnarde de la Drôme (ADEM26) - adem26.wordpress.com, adem.mcabrol@orange.fr
Rédaction : Isabelle Nicolazzi. Illustrations : Didier Balicevic et Thomas Delhaye.
Ont participé à la conception de ce numéro : les Sociétés d'économie alpestre de Savoie et de Haute-Savoie, l'Association départementale d'économie montagnarde de la Drôme, la Fédération des alpages de l'Isère, le Suaci Alpes du Nord.
Réalisation : Alpes magazine. Savoie Technolac. BP 308. 73377 Le Bourget-du-Lac. Éditeur délégué : Olivier Thevenet. Secrétaire de rédaction : Hélène Demarest-Solari. Rédactrice graphiste : Gaëlle Haas.
Imprimé sur papier recyclé par Musumeci (Italie). **Dépôt légal :** en cours.

Partenaires :