

Fleisch Viande



FLEISCHRINDER

Die Symbiose zwischen Mensch und Rind ist der Anfang einer wahren Erfolgsgeschichte. Durch Zucht und Haltung sind spezialisierte Rinderrassen entstanden. Die in Luxemburg am meisten vertretenen Rassen sind: Limousin, Charolais, Blonde d'Aquitaine und Angus.

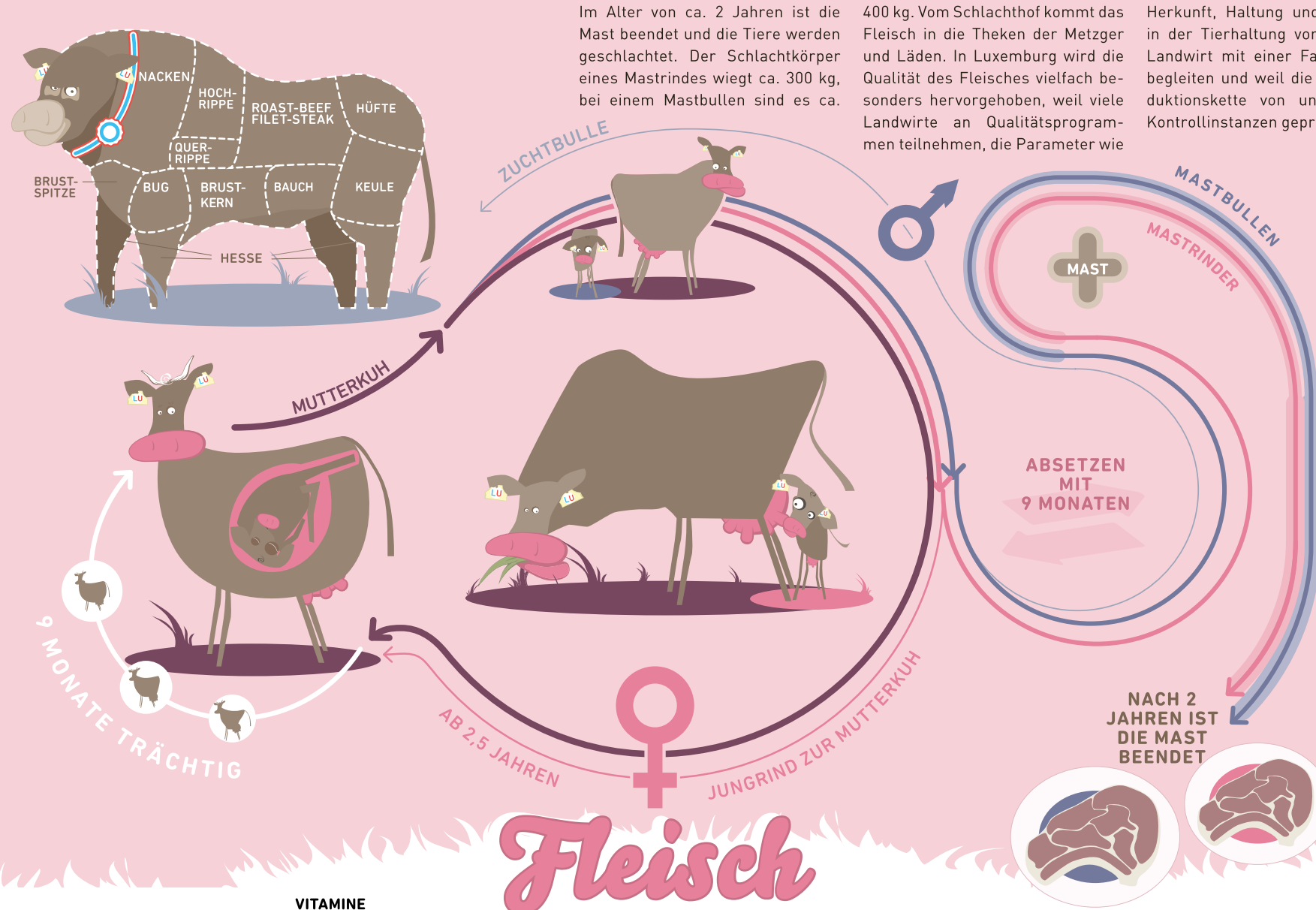
Die Betriebe, die sich der Fleischrinderzucht widmen, werden auch als Mutterkuhbetriebe bezeichnet. Auf diesen Betrieben werden die Kälber geboren und verbringen hier mindestens ihre ersten 9 Lebensmonate.

Der Landwirt versucht jedes Jahr, ein neues Kalb von einer Mutterkuh zu erhalten. Nach 9 Monaten Trächtigkeit (so wird das Austragen des Nachwuchses genannt) wird das Kalb geboren. Nach der Geburt bekommt jedes Kalb eine Ohrmarke in beide Ohren, damit seine Identität später nachgewiesen werden kann. Das Kalb wird von der Mutter aufgezogen und trinkt die Milch direkt am Euter der Kuh. Nach einigen Wochen fängt es dann an, Gras und Heu zu knabbern, und die Entwicklung zum Wiederkäuer beginnt.

Die Kuh ist ein Wiederkäuer und kann Pflanzen und Pflanzenteile verdauen, die der Mensch nicht verdauen kann. Besonders wichtig ist hier der vierteilige Magen der Kuh. Beim Futter der Kühe wird zwischen Grund- und Kraftfutter (hauptsächlich Getreide) unterschieden. Zum Grundfutter gehören Frischfutter (hauptsächlich Gras), Silage (durch einen natürlichen Gärprozess haltbar gemachtes Gras/oder Mais), Heu (getrocknetes Gras) und Stroh. Vom Grundfutter fressen die Mutterkühe besonders viel.

Ab einem Alter von ca. 9 Monaten wird das Kalb abgesetzt, also nicht mehr von der Mutterkuh gesäugt. Das Euter stellt sich trocken, das heißt es produziert keine Milch mehr. Die Mutterkuh bereitet sich nun auf die Geburt eines neuen Kalbes vor.

Ein Teil der weiblichen Jungrinder sind dafür vorgesehen, um später zu Mutterkühen zu werden. Sie verbleiben auf dem Bauernhof, um dann ab einem Alter von ca. 2,5 Jahren ein Kalb auf die Welt zu bringen. Die verbleibenden weiblichen und männlichen Jungtiere sind für die Fleischproduktion vorgesehen. Die Mast dieser Tiere kann auf dem Ursprungsbetrieb stattfinden, es gibt aber auch Bauernhöfe, die sich auf die Mast von Fleischrindern spezialisiert haben.



Im Alter von ca. 2 Jahren ist die Mast beendet und die Tiere werden geschlachtet. Der Schlachtkörper eines Mastrindes wiegt ca. 300 kg, bei einem Mastbulle sind es ca.

400 kg. Vom Schlachthof kommt das Fleisch in die Theken der Metzger und Läden. In Luxemburg wird die Qualität des Fleisches vielfach besonders hervorgehoben, weil viele Landwirte an Qualitätsprogrammen teilnehmen, die Parameter wie

Herkunft, Haltung und Fütterung in der Tierhaltung vorgeben, den Landwirt mit einer Fachberatung begleiten und weil die ganze Produktionskette von unabhängigen Kontrollinstanzen geprüft wird.

EISENLIEFERANT

Fleisch ist eine der Hauptquellen für Eisen. Im Allgemeinen gilt, je röter das Fleisch, desto höher ist der Gehalt an Eisen. Darüber hinaus wird das im Fleisch enthaltene Eisen vom Körper viel leichter aufgenommen als das pflanzliche. Eisen ist Bestandteil des Blutes, welches Sauerstoff in alle Teile des Körpers transportiert (z.B. ins Gehirn und in die Muskeln). **Eisenmangel verursacht:** Blutarmut, Müdigkeit, Konzentrationschwierigkeiten und eine geschwächte Immunabwehr. Wer regelmäßig Fleisch isst, kann somit Eisenmangel vorbeugen.

Fleisch

ist reich an Nährstoffen wie Eiweiß, Mineralstoffen und Vitaminen.

Ein Mangel an Vitamin B12 kann Funktionsstörungen des Nervensystems (z.B. Gedächtnisschwäche, Depressionen) verursachen.

PROTEINE

Die in Fleisch enthaltenen Proteine sind von hoher Qualität und stellen die für das Wachstum wichtigen Aminosäuren bereit.

MINERALSTOFFE

SELEN

Auch für Selen ist Fleisch eine wichtige Nahrungsquelle. Proteine, welche als Antioxidantien und bei der DNA-Reparatur aktiv sind, benötigen Selen.

FETT

Das im Fleisch enthaltene Fett stellt fettlösliche Vitamine und essentielle Fettsäuren zur Verfügung.

ZINK

Das im Fleisch enthaltene Zink ist leichter für den Organismus verfügbar als das pflanzliche. Es wird für das Wachstum, die Fruchtbarkeit, die Wundheilung und die Immunabwehr benötigt.

VITAMINE

VITAMIN B12

Fleisch enthält viele Vitamine, vor allem jedoch Vitamin B12. Dieses kommt in natürlicher Form nur in tierischen Nahrungsmitteln vor wie z.B. in Fleisch, Milch und Milchprodukten.

Vitamin B12 wird für den Aufbau der DNA, für die Blutbildung und die Aufrechterhaltung der vollen Funktionsfähigkeit des Nervensystems und der Muskeln benötigt.

Empfehlungen zum Fleischverzehr

Wöchentlich

300 – 600 g Fleisch

Quelle:

European Food Information Council
Deutsche Gesellschaft für Ernährung

LES VACHES ET LA VIANDE

La symbiose entre l'homme et les bovins est le début d'une véritable histoire de succès. Au fil du temps, par voie de sélection, des races spécialisées ont été créées. Les races suivantes sont les plus représentées au Luxembourg : Limousin, Charolais, Blonde d'Aquitaine et Angus.

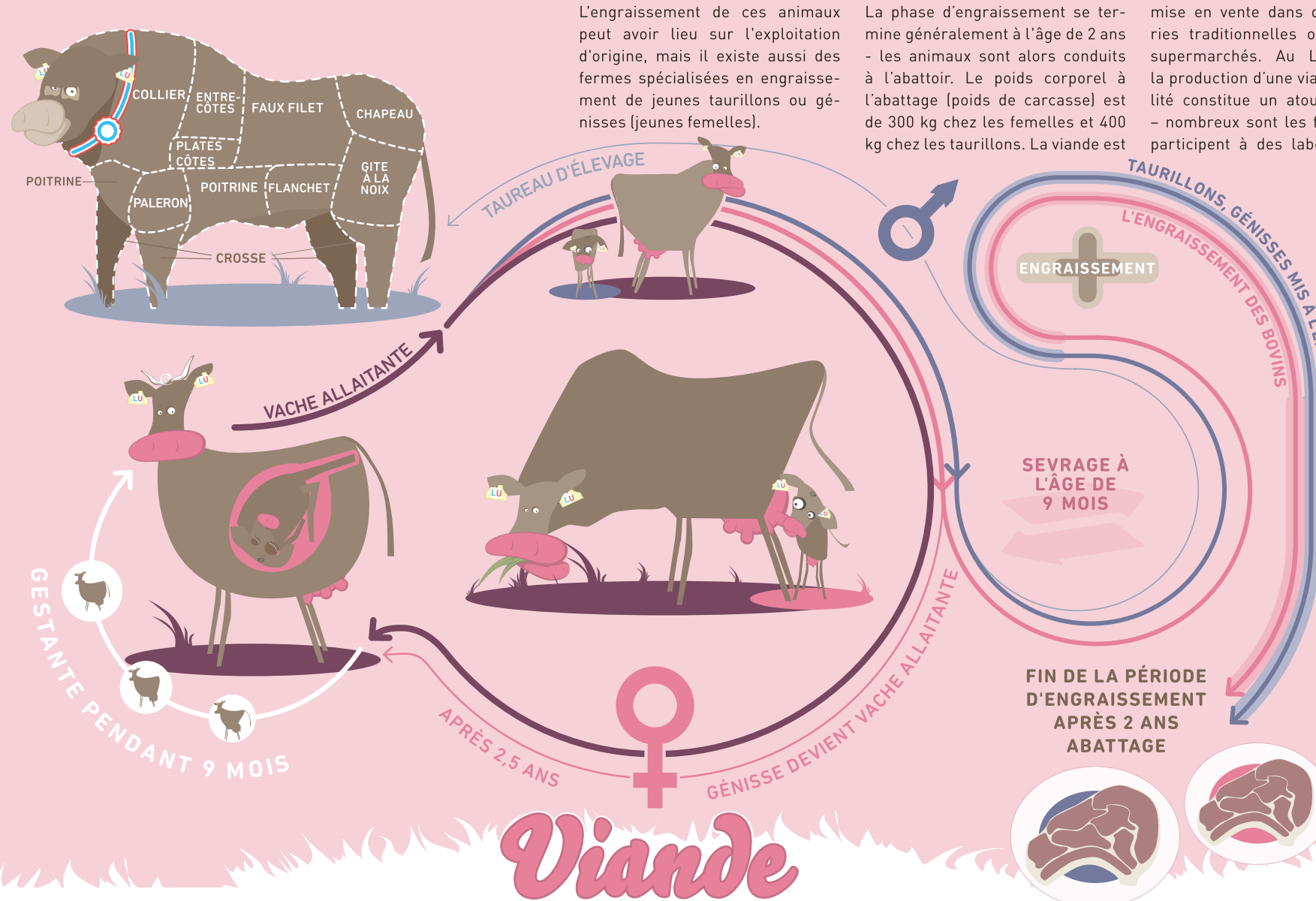
Les fermes spécialisées en élevage de races à viande détiennent des troupeaux de vaches allaitantes. On les appelle ainsi parce que les veaux qui y naissent passent au moins les 9 premiers mois de leur vie sous la mère.

L'éleveur essaie de planifier les vêlages de sorte à ce que chaque année, les vaches donnent naissance à un veau. Après une période de gestation de 9 mois (état de grossesse chez les vaches), la vache donne naissance à un veau. Après la naissance, chaque veau est identifié au moyen de deux boucles auriculaires assurant son identification individuelle. Le veau est élevé sous la mère - il tète le pis de sa mère. Après quelques semaines, le veau commence à grignoter de l'herbe et du foin - il devient un vrai ruminant.

Les vaches sont des ruminants capables de valoriser des plantes / des végétaux que les hommes n'arrivent pas à digérer. Dans ce contexte, leur estomac à quatre compartiments s'avère particulièrement important. Au niveau de la ration alimentaire, on distingue entre deux composantes : la partie des fourrages et les aliments concentrés (principalement des céréales). Dans l'alimentation des vaches, la part des fourrages dans la ration alimentaire est très importante. Le fourrage distribué aux vaches laitières peut inclure de l'herbe fraîche, de l'ensilage (produit sur base d'herbe et/ou de maïs conservés sur base d'un procédé de fermentation naturelle), du foin (herbe séchée) et de la paille.

A l'âge de 9 mois, le veau est séparé de sa mère et arrête la tétée, c'est ce que l'on appelle le sevrage. Après le sevrage, la vache se tarie: elle arrête la production laitière pour se préparer à la naissance d'un nouveau veau. .

Une partie des jeunes bovins femelles est destinée à devenir les futures vaches allaitantes. Elles restent en ferme et donnent naissance à un veau à l'âge de 2,5 ans. Les jeunes mâles et les femelles non destinés à l'élevage entrent en production de viande.



L'engraissement de ces animaux peut avoir lieu sur l'exploitation d'origine, mais il existe aussi des fermes spécialisées en engraissement de jeunes taurillons ou génisses (jeunes femelles).

La phase d'engraissement se termine généralement à l'âge de 2 ans - les animaux sont alors conduits à l'abattoir. Le poids corporel à l'abattage (poids de carcasse) est de 300 kg chez les femelles et 400 kg chez les taurillons. La viande est

mise en vente dans des boucheries traditionnelles ou dans des supermarchés. Au Luxembourg, la production d'une viande de qualité constitue un atout important - nombreux sont les fermiers qui participent à des labels de qua-

lité où des critères tels que l'origine, le logement et l'alimentation sont des éléments importants assurant la production d'une viande de qualité. En ferme, la bonne mise en pratique des cahiers des charges constitue un élément important en conseil agricole. La surveillance du respect des critères de production est soumise au contrôle des organismes de contrôle neutres et indépendants.

SOURCE DE FER

La viande est une source importante de fer. En général, plus la viande est rouge, plus la teneur en fer est élevée. En outre, le fer contenu dans la viande est absorbé beaucoup plus facilement par le corps humain que celui contenu dans les plantes. Le fer est un composant du sang qui transporte l'oxygène vers toutes les parties du corps (comme p. ex. le cerveau et les muscles). Une carence en fer peut causer une anémie, de la fatigue, des problèmes de concentration et un système immunitaire affaibli et peut être évitée en mangeant régulièrement de la viande.

La viande est riche en nutriments comme les protéines, les minéraux et les vitamines.

PROTÉINES

Les protéines contenues dans la viande présentent une haute qualité et fournissent les acides aminés nécessaires à la croissance.

GRAISSE

La graisse contenue dans la viande met à disposition des vitamines liposolubles et des acides gras essentiels.

MINÉRAUX

ZINC

Le zinc contenu dans la viande est plus facilement disponible pour le corps humain que celui contenu dans les plantes. Il est nécessaire pour la croissance, la fécondité, la cicatrisation et la défense immunitaire.

SÉLÉNIUM

La viande est une source importante de sélénium. Les protéines actives en tant qu'antioxydants et dans la réparation de l'ADN p. ex. ont besoin de sélénium.

VITAMINES

VITAMINE B12

La viande contient de nombreuses vitamines, en particulier la vitamine B12. Cette vitamine n'apparaît naturellement que dans les aliments d'origine animale comme p. ex. la viande, le lait et les produits laitiers.

Elle est utilisée pour la construction de l'ADN, la formation du sang et le maintien de la pleine fonctionnalité du système nerveux et des muscles. Une carence en vitamine B12 peut entraîner un dysfonctionnement du système nerveux (p.ex. troubles de la mémoire, dépressions).

Recommandations pour la consommation de viande

300 – 600 g de viande par semaine

Source:

European Food Information Council
Deutsche Gesellschaft für Ernährung

Portail CONSOMMATEUR



**Find us on
facebook**



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Agriculture,
de la Viticulture et de la
Protection des consommateurs