



FICHE GÉNÉRIQUE FENUGREC

(TRIGONELLA FOENUM-GRAECUM)



DANS LA MÊME COLLECTION

FICHE GÉNÉRIQUE CARVI
(*Carum carvi*)

FICHE GÉNÉRIQUE CHÉNOPODE VERMIFURE
(*Chenopodium ambrosioides*)

FICHE GÉNÉRIQUE CHICOREE
(*Cichorium intybus*)

FICHE GÉNÉRIQUE LOTIER
(*Lotus corniculatus*)

FICHE GÉNÉRIQUE NIGELLE
(*Nigella sativa*)

FICHE GÉNÉRIQUE PLANTAIN
(*Plantago lanceolata*)

FICHE GÉNÉRIQUE SOUCI OFFICINAL
(*Calendula officinalis*)

FICHE GÉNÉRIQUE TANAISIE
(*Tanacetum vulgare*)

FICHE GÉNÉRIQUE TRÈFLE BLANC
(*Trifolium repens*)

QUELS SONT LES INTÉRÊTS DE CETTE PLANTE ?

Le fenugrec a été testé comme alternative à la luzerne dans l'alimentation des bovins laitiers.⁸

Le fenugrec peut être utilisé comme plante fourragère, mais sans constituer la ration de base (c'est une plante condimentaire).⁹



Selon les ouvrages récents, les graines de fenugrec ont des propriétés antidiabétiques, hypocholestérolémiantes, hypolipidémiantes.¹⁰ Les graines sont riches en protéines (30 %), lipides, flavonoïdes et saponosides. La consommation de graines de fenugrec facilite la prise de poids.¹¹

QUELLE EST LA RÉPUTATION DE LA PLANTE ?

Tradition ancestrale et bibliographie

Le fenugrec tire son appellation du grec trigonos (triangulaire, qui fait référence à la forme anguleuse de sa graine) et des noms latins foenum/foin et graecum/grec. Le fenugrec est cultivé depuis des temps immémoriaux comme fourrage pour le bétail autour du bassin méditerranéen.¹

Propriétés physiologiques

Chez l'Homme,

Selon d'anciens ouvrages, les graines stimulent l'appétit. Elles sont indiquées contre les tuberculoses et le diabète. Les graines diluées peuvent avoir une action antiseptique (abcès des amygdales).²

Les graines peuvent être employées en décoction pour apaiser les irritations du tube digestif.³

Chez l'animal,

L'effet anthelminthique de l'extrait aqueux de fenugrec sur *Gastrothylax crumenifer* (trématode parasite de la chèvre) a été prouvé in vitro.⁴

Expérimentations :

• Projet multipartenarial coordonné par ITAB/IBB/CRAPL

CASDAR Sécalibio⁵ (2016-2019) :

l'un des points à mémoriser dans le cadre du programme est que pour favoriser la consommation sur parcours riches en protéines, il est nécessaire d'attirer les poulets avec des plantes appétentes, telles que la chicorée, ou d'autres plantes réputées pour être attractives (luzerne, fenugrec etc.). Les volailles consomment ces plantes en priorité, mais mangent ensuite les autres espèces riches en protéines.

• Projet multipartenarial piloté par ITAB

CASDAR Synergies⁶ (2013-2015) :

Des essais en stations expérimentales ont été menés pour évaluer l'impact de pratiques d'élevage. Ainsi, la suppression de la vaccination contre les coccidies (vaccin Paracox) couplée à l'implantation de fenugrec sur le parcours pour ses propriétés de plante antiparasitaire a été expérimentée afin d'en évaluer les impacts sur les performances zootechniques et l'état sanitaire des animaux.

Ce qu'il faut retenir de cet essai :

Les essais comparant un lot avec vaccination « anticoccidienne » des poussins et un lot sans, n'ont pas mis en évidence de différences de performances zootechniques entre les lots, ce qui laisse supposer un effet anticoccidien du fenugrec.

• Projet multipartenarial piloté par Chambre d'Agriculture de la Sarthe

CASDAR Parcours Volailles⁷ (2011-2014) :

Ce projet a étudié la faisabilité d'introduire sur le parcours des espèces végétales à vertu thérapeutiques (dont le fenugrec).

Ce qu'il faut retenir de cet essai :

Le fenugrec a été totalement consommé sur pratiquement tout le parcours. Mais il n'a pas été démontré d'impact sur le parasitisme.



COMMENT ÇA POUSSÉ ?



• Cycle biologique et famille

Le fenugrec est une plante annuelle de la famille des fabacées. Elle fructifie en juillet.

• Niveau de difficulté de l'itinéraire technique



• Force de concurrence



Pas de donnée disponible.

• Exigences pédo-climatiques

Le fenugrec affectionne les sols de bonne qualité et réchauffés, bien drainés. Les sols trop acides et hydromorphes sont à éviter.

• Mode et période d'implantation



Semis de printemps (mars/avril) avant une pluie.

Réaliser une réparation de sol aussi fine que possible.

Planter au semoir à céréales ou à la volée, semis à 2 à 3 cm de profondeur.

La densité en pur : 30 à 35 kg/ha, avec un écartement entre 15 et 30 cm entre rangs.

L'implantation en mélange permettra de sécuriser le couvert végétal (rusticité de la prairie et réduction de la sensibilité aux aléas climatiques).

Rappuyer le sol après le semis pour favoriser un bon contact entre les graines et la terre.

Fertilisation NPK (20-60-60) unité/ha au semis.

• Détails techniques

Le fenugrec n'a pas de besoins en azote, il fixe l'azote atmosphérique (fabacée).

A dire d'éleveur-se-s :

Le fenugrec possède une bonne résistance à la sécheresse.

QUELLE DISPONIBILITÉ DE CETTE SEMENCE ?



Semences très facilement accessibles dans le commerce.

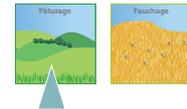
L'ANIMAL CONSOMME-T-IL CETTE PLANTE ?



Plante très appétente pour le poulet de chair.¹²

Plante consommée par les bovins.¹³

SOUS QUELLE FORME PEUT SE PRÉSENTER CETTE PLANTE ?



Le fenugrec a été distribué en frais aux vaches dans le cadre du PEI UNIFIL ANIM Santé.

À QUELLE PÉRIODE EST CONSOMMÉE CETTE PLANTE ?

En général, 3 mois après l'implantation de la plante en fonction du type de sol.

CETTE PLANTE EST-ELLE TOXIQUE ?

Informations et volet réglementaire



Toxicité : faible selon les recherches bibliographiques menées par ONIRIS, dans le cadre du PEI UNIFIL ANIM Santé.

Bibliographie

- Emma Callery – Le grand livre des herbes –Könemann éd.
- Garnier, G., Bézanger-Beauquesne, L., & Debraux, G. (1961). Ressources médicinales de la flore française (Vol. 1 2). Vigot frères éd.
- Cazin, François-Joseph. 1850 ; Traité pratique & raisonné des plantes médicinales indigènes. Rééd. intégrale à l'identique avec une préface de Pierre Lieutaghi [3e ed. rev. et augm. Par le Dr Henri Cazin]. Jalons des savoirs. Mane: Ed de l'Envol, 1997.
- Plusieurs projets de recherche ont traité du sujet
- CASDAR SECALIBIO : « Sécuriser les systèmes alimentaires en production de mono-gastriques biologiques ». <https://wiki.itab-lab.fr/alimentation/?SecAlibio>
- CASDAR SYNERGIES : « Enseignements et recommandations pour la consolidation et la mise en pratique d'une approche globale de la santé à destination des éleveurs, des conseillers et des vétérinaires » - <http://itab.asso.fr/programmes/synergie-elevage.php>
- CASDAR Parcours Volailles <https://agrooft.net/recherche/fichesR&D/parcoursVolailles.html>
- Programme canadien « Alternative à la luzerne dans l'alimentation des bovins laitiers » Publication consultée : « La luzerne détrônée par le fenugrec? » PAR LORRAINE DOEPEL, JANET MONTGOMERY ET JANE KIN
- Fiches couverts – ARVALIS - <http://www.fiches.arvalis-infos.fr/>
- Bruneton, J., & Poupon, E. (2016). Pharmacognosie, phytochimie, plantes médicinales. Tec & Doc.
- Bruneton, J., & Poupon, E. (2016). Pharmacognosie, phytochimie, plantes médicinales. Tec & Doc.
- Essais dans le cadre du programme Casdar Parcours Sécalibio et Synergies
- Programme canadien « Alternative à la luzerne dans l'alimentation des bovins laitiers ». Publication consultée : « La luzerne détrônée par le fenugrec? » PAR LORRAINE DOEPEL, JANET MONTGOMERY ET JANE KIN

CONTACTS : Philippe Roussel (Institut de l'Élevage) - philippe.roussel@idele.fr
Anne Uzureau (CAB) - cab.productions@biopaysdelaloire.fr

Document réalisé avec la collaboration de la CAB, CA PDL, Clinique vétérinaire de Redon, ITAVI, ITEIPMAI, IDELE, INRAE, opérateurs économiques (Loué, Bodin, E'Bio), ONIRIS, éleveurs •

Mise en page : Corinne Maigret (IDELE) • réf. 0022 403 001 • Crédit photo : CAB PdL • Janvier 2022