

# Un bon steak de wapiti

Après le bison et le cerf, pourquoi ne pas goûter au wapiti?

**Une autre viande faible en gras, mais très riche en fer et en protéines.** Et pas besoin de vous casser la tête pour cuisiner: utilisez vos recettes de bœuf, vous trouverez les mêmes coupes dans le wapiti. PAR CAROLINE PAULHUS

Imaginez un beau gros bifteck de 2 cm (3/4 po) grésillant sur votre barbecue... N'est-ce pas le paradis des carnivores? Mais puisque vous tenez au bien-être de vos invités, pourquoi ne pas opter pour le wapiti? Une viande saine de plus en plus populaire.

## À LA FERME

Par contre, vous devrez vous rendre à la ferme pour acheter le beau gros bifteck. En épicerie, on ne nous propose que des tournedos et de la viande hachée ou à fondue. «C'est parce que les grands distributeurs de gibiers fournissent les plus belles pièces au milieu de la restauration», indique Jocelyne Beaupré, copropriétaire de la Ferme les Wapitis des Beaux Prés. Il faut dire aussi que les meilleures pièces sont beaucoup plus coûteuses que les mêmes pièces de bœuf, par exemple. Le filet mignon de wapiti coûte autour de 60 \$ le kilo; celui de bœuf environne les 48 \$ le kilo. Il ne serait probablement pas rentable pour les épiceries d'offrir une aussi grande variété de produits de wapiti.

Mais si l'on n'a pas l'intention de nourrir tout le voisinage, on peut bien se payer un petit luxe de temps en

temps! «À la ferme, on vous offre toutes les sortes de biftecks, les cubes à brochette, les saucisses et la viande hachée pour les burgers», indique Christine Langelier, copropriétaire de la ferme La Vallée du Wapiti. La ferme de Jocelyne Beaupré offre même des côtes levées, des saucissons au wapiti, du pepperoni et de la viande fumée (*smoked meat*). «Et l'on n'ajoute pas de graisse de porc dans nos saucisses ou dans nos saucissons: ce n'est que du wapiti», tient à préciser Mme Beaupré. En pique-nique, vous pourrez emporter des terrines, des cretons ou des rillettes de wapiti. Ces dernières devraient aussi être offertes dans une épicerie ou dans une boucherie près de chez vous.

## RICHE EN FER

Pour ce qui est des biftecks, il faut surveiller la cuisson. «Il faut juste les faire saisir, et les servir rosés», indique Mme Langelier. La viande maigre, comme le wapiti, devient nettement trop sèche si on la fait cuire trop longtemps. «On peut aussi la faire mariner, surtout pour ceux qui trouvent que le goût du wapiti est un peu trop fort», ajoute Mme Beaupré.

«Certaines personnes disent que le wapiti goûte un peu le foie. C'est peut-être parce que c'est une viande aussi riche en fer que le foie de bœuf. Alors, peut-être que de faire mariner la viande pourrait aider certains goûteurs»,



poursuit-elle. «Les marinades à base de fruits sont vraiment très bonnes avec cette viande», précise Mme Langelier. Les viandes de gibiers sont effectivement connues pour bien se marier avec les fruits ou les champignons; le wapiti n'est pas différent.

Et si vous n'aimez pas trop le foie ou les viandes qui ont un goût prononcé, vous pouvez toujours essayer le bro-

card. Ce dernier est au wapiti ce que le veau est au bœuf. C'est un jeune wapiti de moins de 12 mois, nourri surtout au lait de sa mère. «C'est beaucoup moins prononcé comme goût, et l'on offre aussi les mêmes coupes dans le brocard que dans le wapiti adulte», indique Mme Beaupré. Le distributeur Gibiers Canabec offre aussi quelques coupes dans le brocard, mais mieux vaut le commander à votre boucher si vous voulez en avoir; vous n'en trouverez pas sur les tablettes de l'épicerie.



## Un p'tit tour qui vaut le détour

La Ferme les Wapitis des Beaux Prés, dans la région du Centre-du-Québec, vous ouvre les portes si vous voulez y faire une visite. Toutefois, il vaut toujours mieux réserver. «On fait nos visites sur rendez-vous, parce qu'en saison des naissances, par exemple, on n'est pas toujours disponibles. Durant la saison de la coupe des bois de velours, on est aussi un peu trop occupés; on veut pouvoir donner toute notre attention aux visiteurs lorsqu'ils viennent», indique Mme Beaupré. «Nos visites durent environ 1 heure et coûtent 5 \$ par personne. Par contre, si nos visiteurs achètent de la viande à notre boutique après, on ne leur fait pas payer leur visite.»

En Montérégie, vous pouvez aussi visiter la ferme La Vallée du Wapiti. Un centre d'interprétation vous y attend, où vous pourrez profiter d'une visite guidée d'une heure et demie. «On parle de tout ce qui a trait au wapiti: des bois de velours, du rut, de l'alimentation...» indique Mme Langelier. «Les visiteurs peuvent toucher aux animaux et les nourrir... Avec des ossements d'autres cervidés, on leur explique les différences entre le wapiti et le caribou, par exemple.» Là aussi, par contre, il faut réserver pour faire la visite. Il en coûte 10 \$ par adulte et 5 \$ par enfant.



**Ferme les Wapitis des Beaux Prés**  
2480, 10<sup>e</sup> Rang,  
Aston-Jonction  
(Québec) G0Z 1A0  
Tél.: 819 226-3099  
Sans frais: 1 877 226-3099  
bonwapiti.com



**La Vallée du Wapiti**  
116, route de  
Michaudville,  
Saint-Bernard-  
de-Michaudville  
(Québec) J0H 1C0  
Tél.: 450 792-2112  
lavalleeduwapiti.com

## UNE PRODUCTION ENCORE TIMIDE

Les élevages de wapitis sont encore bien modestes, on ne parle pas encore de production à grande échelle. «On avait un bien plus grand cheptel dans les années 2000, mais lorsqu'il y a eu la maladie de la vache folle, on ne pouvait plus exporter aux États-Unis. La frontière était fermée. Plusieurs producteurs ont arrêté la production», témoigne Jocelyne Beaupré, de la Ferme les Wapitis des Beaux Prés. «Nous, pour nous en sortir, on a commencé à faire la transformation. On a ouvert une boutique et vendu nos coupes et produits dérivés à la ferme. Ça marche bien, maintenant; on trouve aussi nos produits au Marché de solidarité régionale de Victoriaville et sur son site Internet.»

## Burgers de wapiti à l'aneth

(recette tirée du site Internet de la Ferme les Wapitis des Beaux Prés, avec la permission des propriétaires)



## INGRÉDIENTS

- (pour quatre portions)
- 1 lb (500 g) de viande de wapiti hachée
  - 1 œuf
  - 1/2 tasse (125 ml) de flocons d'avoine
  - 1 c. à soupe (15 ml) d'épices à bifteck de Montréal
  - 2 gousses d'ail hachées
  - 1/2 tasse (125 ml) de salsa ou de sauce barbecue
  - 1/2 tasse (125 ml) d'aneth frais

## PRÉPARATION

Allumer le barbecue à feu vif. Combiner tous les ingrédients et former quatre ou cinq pâtés. Placer les pâtés sur le gril et saisir de chaque côté. Réduire la chaleur à feu doux et cuire à fond. Servir avec vos condiments favoris.

«Bon W'appétit!», vous souhaite joyeusement Jocelyne Beaupré.