

Le « pain d'abeille »

Les apiculteurs ont eu cette merveilleuse idée de baptiser la nourriture noble de l'abeille « pain d'abeille ». Ces réserves de pollen fermenté sont essentielles pour le développement du couvain et le maintien de la colonie en bonne santé. Les ferments lactiques viennent des enzymes contenus dans le nectar que régurgitent les abeilles de leur jabot pour élaborer ce fameux « pain d'abeille ».

Gilles Fert, auteur de *L'élevage des reines* aux Editions Rustica, gilles.fert@wanadoo.fr, www.apicultureaquitaine.fr



1 Le pain d'abeille renferme essentiellement des protéines (de 5 à 27 % suivant l'origine florale), mais également des vitamines (A, D, E, C, K, complexe B), des ferments, des minéraux, des aminoacides... Les abeilles nourrices âgées de 5 à 15 jours environ utilisent ce pain d'abeille pour élaborer la nourriture des jeunes larves composant le couvain. Elles sécréteront également la gelée royale grâce à cette nourriture particulièrement riche et complète.

Le saviez-vous ?

Contrairement au miel, les alvéoles contenant du pain d'abeille ne sont pas operculées d'une pellicule de cire, mais elles sont recouvertes d'une fine pellicule de miel après avoir été tassées avec la tête par les ouvrières.



2 Dès les premières belles journées de printemps, les abeilles chargées de pollen sur la planche d'envol de votre ruche vous indiquent que la reine a repris sa ponte. Nous avons l'habitude de dire que les rentrées de pollen sont proportionnelles à la surface de couvain ouvert. Chaque couleur de pelote indique une origine florale. Plus le pollen est varié en couleurs, plus la nourriture de la colonie sera riche.

Astuce

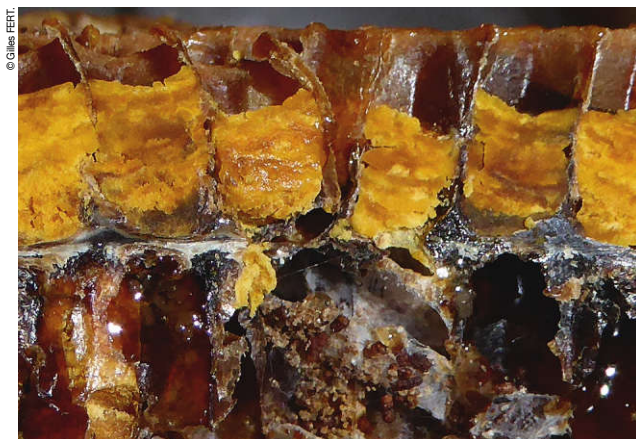
Conservé dans un endroit sec et frais, l'acide lactique contenu dans le pain d'abeille permet sa conservation plus d'une dizaine d'années sans subir de modifications qualitatives.

Pas-à-pas

Le « pain d'abeille »



3 Parfois, une météo défavorable, comme une sécheresse, ne permet pas une sécrétion de nectar alors qu'il y a des fleurs. Dans ces conditions, les butineuses ne peuvent pas constituer de grosses pelotes de pollen. L'astuce consiste à distribuer régulièrement une toute petite quantité de sirop peu concentré (50 % environ), que les butineuses utiliseront pour agglomérer les grains de pollen afin de former de belles pelotes.



5 Les acaricides chimiques tout comme les produits phytosanitaires de l'agriculture peuvent se retrouver dans le pain d'abeille. Une fois le pollen stocké dans les cellules, la plupart des toxiques migrent et se fixent dans les corps gras de la ruche que sont la cire et la propolis. Renouvelez régulièrement vos cadres de corps, ne recyclez que la cire d'opercule, et surtout ne récoltez que le pain à partir de colonies conduites en bio. Faites de même pour la récolte de propolis.

Conseil

Si vos abeilles manquent visiblement de réserves de pollen, n'hésitez pas à compléter avec des pâtes protéinées placées juste au-dessus des cadres.



4 Si le prélèvement du pollen à l'aide d'une trappe-piège est possible en période d'abondance, n'oubliez pas de les retirer en période de disette. Des carences en pain d'abeille entraînent une baisse d'immunité dans l'organisme de l'abeille, et apparaissent alors des loques européennes ou autres pathologies.



6 Pour l'homme, le pain d'abeille qui renferme des pro-biotiques peut être classé comme alicament. Mais attention, il est de plus en plus difficile de récolter un produit indemne de traces de pesticides. Choisissez un emplacement éloigné de toute activité humaine. Cela est difficile en Europe de l'Ouest, mais tenez compte aussi des vents dominants. Utilisez des rayons ou brèches de cire vierge à partir desquels vous allez effectuer cette récolte. Evitez aussi bien la cire gaufrée que la vieille cire de corps noircie par les années.

Pour en savoir plus :

- * *Le Traité Rustica de l'apiculture*, p. 399-408, 2012.
- * « Les pâtes protéinées », *Les fiches pratiques de l'apiculteur*, Rustica édition, p. 134, 2017.
- * R. Inoue, T. Myoda, T. Nagashima, T. Nagai – « Preparation and functional properties of extracts from bee bread », *Food/Nahrung*, 2004.