

LE SAINFOIN : UNE ALTERNATIVE À LA LUZERNE ? ON VOUS DIT TOUT !

Même si en termes de popularité et de présence dans notre région la luzerne devance largement le sainfoin, ce dernier est pourtant une légumineuse qui regorge d'atouts !

Les étés de plus en plus chauds et secs conduisent les éleveurs de la région Centre-Val de Loire à rechercher des alternatives pour sécuriser l'autonomie fourragère et protéique dans un contexte d'aléas climatiques toujours plus marqués. Si l'on retrouve principalement le sainfoin dans le Sud de la France, la très bonne résistance à la sécheresse de cette fourragère interroge sur son intérêt potentiel dans nos systèmes fourragers. Le sainfoin, plus résistant à la sécheresse que la luzerne, pourrait ainsi constituer une alternative à cette dernière.

Caractéristiques du Sainfoin

Le sainfoin (Sain-foin, *Onobrychis viciifolia*) est une légumineuse rustique qui s'adapte bien au sec comme sa cousine la luzerne grâce à sa racine pivot qui vient chercher l'eau en profondeur. **Très rustique**, il résiste à des épisodes de sécheresse marqués et à des gels de printemps jusqu'à -4°C (une fois l'implantation passée). Le sainfoin est très **bien adapté à des sols superficiels, calcaires et séchants mais n'apprécie en revanche pas les sols acides**. C'est également une plante plutôt économe en engrais et en produits phytosanitaires, qui s'adapte aussi bien à la fauche qu'au pâturage.

Il existe deux types de Sainfoin :

- **Le sainfoin simple** qui ne fleurit qu'une fois dans l'année. Il ne donne qu'une première coupe et un léger regain et a une pérennité de minimum 3 ans. Il est souvent réservé aux zones sèches ou en altitude, principalement pour le pâturage.
- **Le sainfoin remontant ou double**. Il fournit 2 à 3 coupes par an mais présente une pérennité plus courte (2 ans).



Source Inrae

Rendements et valeurs alimentaires

Les rendements de sainfoin peuvent aller de 5 à 7 tonnes par an en moyenne suivant les modes d'exploitation et le type de sainfoin (certains semblent même avancer jusqu'à 8 ou 9 TMS/an). Même s'il reste moins productif que la luzerne, le sainfoin a l'avantage d'être **non météorisant** et de **démarrer plus tôt au printemps** (2 à 3 semaines plus tôt en général). Il est également beaucoup **moins exigeant en phosphore et en potasse** que la luzerne.

Le sainfoin aura une **meilleure productivité sur la 1ère coupe** comparé à la luzerne (+30%). La productivité supérieure de cette dernière sur les coupes suivantes explique les rendements plus élevés de la luzerne sur l'année.

La sainfoin constitue un fourrage de qualité et très équilibré : à la fois **riche en énergie (0.95 UFL) et en protéines (13-14% de MAT)** au stade début bourgeonnement.

Il est également **riche en tanins condensés** : 50 g/kg de MS contre moins de 3 g pour le plantain et la chicorée, même si aucun effet antiparasitaire n'a été mis en évidence dans les essais menés sur des agnelles de renouvellements (Source : Idele - projet Fastoche, 2019-2022).

Bon à savoir !

Réputées pour avoir un palet délicat, le sainfoin plaît beaucoup aux chèvres que ce soit en pâturage ou en foins.

RÉSULTATS AVEC PÂTURAGE DE SAINFOIN EN CURE DE 3 SEMAINES

TYPE DE PRAIRIES PÂTURÉES		+ CURE DE SAINFOIN PENDANT 3 SEMAINES		Tendance avec/sans sainfoin
Graminées et légumineuses sans sainfoin		SANS	AVEC	
Durée totale de l'essai		88 jours		
Nombre d'agnelles par lot		25	25	
Excrétions d'œufs de strongles digestifs	en début d'essai	15 opg	0 opg	=
	en fin d'essai	178 opg	804 opg	+
Croissance		93 g/j	101 g/j	=

Source : idele/ENVT/ferme expérimentale de Carmejane (04) 2019

Quand Semer le Sainfoin ?

Sa période de semis idéale est le printemps, de mars à mai. Son implantation étant assez lente, il peut tout à fait être implanté sous couvert et se développer après la moisson, en interculture.

Comment Semer le Sainfoin ?

La profondeur de semis varie entre 2 et 4 cm, selon l'humidité du sol. Attention, s'il est rustique une fois développé, il reste fragile au stade plantule.

La densité de semis dépend du format des graines : 140 à 150 kg/ha pour des graines encore en cosse, ou autour de 50 kg/ha pour des graines décortiquées, plus chères.

3€/KG
C'EST LE PRIX DES SEMENCES DE SAINFOIN
 Source : Océalia 2023 en agriculture conventionnelle

Associations conseillées

Valorisé au pâturage, le sainfoin associé à des graminées telles que la fétuque ou le dactyle permet de produire une alimentation complète. L'ajout au sainfoin très rustique d'une autre légumineuse telle que la luzerne, moins résistante aux sécheresses mais plus productive, permet également de maintenir la production du couvert sur toute sa durée d'implantation.

Exemples d'espèces à associer avec le Sainfoin : luzerne, lotier corniculé, dactyle, vesce, fétuque, phacélie, tout type de trèfles ou même plantain.

Associations déconseillées

Dans un mélange avec des espèces très vigoureuses (brome ou certaines crucifères), le sainfoin à la croissance plus lente pourrait être étouffé par ces dernières et donc ne pas se développer. On privilégiera donc des plantes de vigueurs semblables pour un couvert associé au sainfoin.

Adaptation à la culture suivante

Le sainfoin est un excellent précédent pour toutes les céréales, dont il pourra augmenter le rendement suite à l'apport d'azote par ses nodosités. Il est également intéressant avant un colza, aux besoins en azote souvent élevés.

Le sainfoin est également apprécié dans une rotation pour éviter le retour trop rapide de la luzerne sur la parcelle.

Sainfoin et pâturage

Le sainfoin est sensible au piétinement et au pâturage trop intensif. Il ne faut donc pas surpâturer la parcelle, au risque de fortement pénaliser les repousses et la pérennité du sainfoin.