

# SARRASIN



## Avantages

- Plante concurrente vis-à-vis des adventices (effets allélopathiques) et faibles besoins.
- Culture pouvant se semer très tardivement au printemps.

## Inconvénients

- La floraison est étalée, on récolte du vert, nécessite du séchage.
- Peu de références locales.

Durée du cycle végétatif : 4 mois



Famille : **Polygonacées**

*Culture annuelle d'été*

Céréale sans gluten

Valorisation



## Conditions pédoclimatiques

- **Sol** : Le sarrasin s'accommode à différents types de sols. Il valorise bien les sols légers, même caillouteux. Il faut éviter de l'implanter dans des sols qui minéralisent bien ou qui présentent des reliquats-entrée-culture élevés, car il risque de verser.
- **Climat** : Ses conditions idéales de germination sont un temps sec et chaud avec une température de sol supérieure à 8°C. Le sarrasin est très sensible au gel, il gèle à 0°C. Il faut donc le semer en dehors des dernières gelées et avant les premières gelées à maturité. Des températures trop chaudes à la floraison sont néfastes (optimum 17-19°C), les fleurs avortent à +3°C. Idéal : temps sec sans vent pendant la floraison (car la fécondation se fait par les insectes). Un temps froid et humide allonge la période de végétation et provoque l'étalement de la maturation.
- **Eau** : Le sarrasin nécessite un stress hydrique modéré à la fin de son cycle pour achever sa maturité.
- **Place dans la rotation des cultures :**  
**Cultures précédant le sarrasin :**
  - Favorables : engrais verts avec peu de légumineuses.
  - Défavorables : pomme de terre (trop d'azote disponible).

### Cultures suivant le sarrasin :

- Favorables : c'est un bon précédent, il laisse le sol propre (attention aux risques de repousses).

Globalement, il est souvent placé en fin de rotation ou en engrais verts.

## Itinéraire technique

### • Semis

Époque de semis : de mi-mai à fin juin (dès la fin des risques de gel).

Son installation est plutôt lente avant une croissance rapide.

Durée de germination : 15-20 jours à 9-11°C, 12 à 15 jours à 13-15°C.

Densité : 150 à 200 grains/m<sup>2</sup> (attention, PMG très variable selon les variétés, densité de semis : 30 à 50 kg/ha selon le PMG).

Objectif de peuplement : 150-200 plants/m<sup>2</sup> (une densité trop importante favorise le développement du feuillage au détriment des fleurs).

Profondeur de semis : 2 à 4 cm.

Inter-rang : 15 à 20 cm.





• **Critères de choix variétal et variétés**

Consulter la base de données <http://www.semences-biologiques.org/>  
La variété la plus cultivée en France est LA HARPE.

• **Fertilisation**

C'est une culture peu exigeante qui valorise bien les sols maigres. Aucun besoin de fumure dans un sol normalement pourvu en phosphore et magnésium. Si nécessaire, faire les apports de P, K et Ca sur le précédent. Pas d'apport azoté dans un sol normal (l'azote favorise la production de tiges et de feuilles aux dépens de celle du grain et augmente le risque de verse).

• **Désherbage mécanique**

- **Faux semis**

- **Herse étrille** : La herse étrille n'est pas conseillée car elle risque de casser les tiges sans espoir de reprise.

- **Binage** : Possible dès la perception des rangs.

• **Maladies et ravageurs**

Le sarrasin est très prisé par le gibier (cervidés et sangliers) au moment de la récolte.

• **Récolte**

Époque de récolte : date délicate à déterminer car la maturité est étalée. Récolter quand les ¾ des graines sont mûres (grains de couleur brune) mais que les graines du bas de l'épi ne tombent pas encore (sinon il existe un risque de perdre une partie de la récolte par égrenage). Généralement fin septembre/début octobre.

Le rendement varie de 10 à 15 qx/ha.

Trier et sécher immédiatement après la récolte (présence de grains immatures et débris de feuilles).

Si vous n'êtes pas équipé, prévoir l'enlèvement à la récolte par votre organisme collecteur.



Tendances de marges brutes / ha

	Coût €/ha	Commentaires
<b>TOTAL CHARGES (€/ha)</b>	de 220 à 240	
Semences (€/ha)	200	Semences certifiées
Fertilisation (€/ha)	0	
Protection des cultures (€/ha)	0	
Irrigation (€/ha)	0	
Assurance (€/ha)	de 20 à 40	% du capital assuré
<b>TOTAL PRODUITS (€/ha)</b>	de 775 à 1162	
Rendement (q/ha)	de 10 à 15	
Prix de vente (€/t)	775	À titre indicatif : prix 2020 = 940 à 1050€/t
<b>MARGE BRUTE (€/ha) hors aides PAC et aides bio</b>	de 555 à 922	
Aides conversion à l'AB (€/ha)	300	

**A titre indicatif** : passage de herse étrille (20,2 €/ha, 6 m sur 80 ha), de houe rotative (16,90 €/ha, 4m50 sur 100 ha), de bineuse (28,8€/ha, 8 rangs sur 80ha). Ces tarifs tiennent compte des charges fixes, des frais variables, ainsi que la main d'œuvre, tractoriste ou autre, et les frais de carburant. (Source : tarif barème d'entraide Cuma 2020-2021).

**Il est important de noter qu'en agriculture biologique, le raisonnement agronomique comme économique se fait sur l'ensemble du système de culture mis en place. Il est nécessaire de tenir compte des charges de mécanisation et d'aller jusqu'à la marge directe.**

Impacts sur le système de culture

« L'agriculture biologique avec ses rotations longues et le recours aux légumineuses, engendre des pertes d'azote nettement inférieures à celles de l'agriculture conventionnelle et correspondant juste au seuil de retour à une production d'eau potable. » (Gilles Billen, CNRS, 2016).

La méta-analyse réalisée par l'ITAB sur les externalités de l'agriculture biologique indique des réductions de lessivage des nitrates de -35 % à -65 % en agriculture biologique par rapport au système conventionnel.

Pour la culture de sarrasin :



Culture peu exigeante, ne nécessite pas d'apport.



Pas de recours aux produits phytosanitaires de synthèse et aux OGM.





## Valorisation économique

Le principal débouché du sarrasin est la meunerie. En alimentation animale, le sarrasin peut être consommé par les volailles et le gibier : il contient des protéines de bonne qualité et il est riche en lysine. Le sarrasin est très mellifère et fleurit pendant 50 jours environ, à une période où les autres plantes ne produisent plus de nectar, d'où l'intérêt que lui portent les apiculteurs. Un hectare de sarrasin peut donner jusqu'à 150 kg de miel.

→ Pour aller plus loin, consulter la fiche «[filère grandes cultures biologiques](#)».

---

**Pilotage :** OPABA (Bio en Grand Est)  
**Rédaction :** OPABA (Bio en Grand Est) et Chambre d'Agriculture Alsace  
**Maquettage :** graphiste Mathieu Klein  
**Date de réalisation :** Décembre 2016  
**Date de mise à jour :** Décembre 2020  
*Bio en Grand Est bénéficie du soutien de*