



< retour

Volaille

Perdrix



Aimez-vous cet ingrédient ?

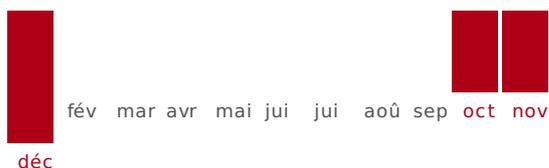
IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Caille, Perdrix, Pigeon

Poids moyen : 500g

Pour reconnaître un perdreau, son bec doit être flexible et la première plume de l'aile doit être marquée d'un point blanc.

COMMENT CHOISIR ?

La perdrix mâle ou femelle est appelée "perdreau" lorsqu'elle a moins de 8 mois. Si la

mention "perdrix de l'année" apparaît sur l'étiquette cela signifie qu'elle a remporté un prix.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Sortir la perdrix de son emballage, l'essuyer à l'aide d'un linge humide et la vider si ce n'est pas déjà fait. L'envelopper dans du film alimentaire et conserver 2 à 3 jours au réfrigérateur à l'endroit le plus froid.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories

115

kcal

protéines

24,72

g

glucide

1,40

g

lipide

1,23

g

calcium

7,00

mg

* Source de données : AFSSA

cholestérol

78,00

mg

phosphore

274,00

mg

fer

3,30

mg

Perdrix aux choux [3]

[En savoir plus \[3\]](#)

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15272>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15272>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/perdrix-aux-choux>