



< retour

Boucherie

Rognon(s) de veau



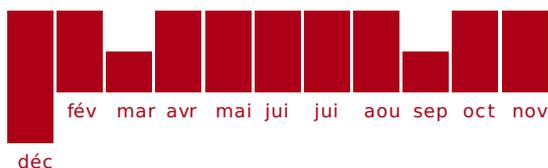
Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]
TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Foie, Coeur, Rognons

Poids moyen : 400g

Le rognon de veau est un produit tripiier désignant les reins du veau. Les rognons de veau sont lobés, à l'instar des rognons de bœuf. Les rognons sont plus ou moins fins et tendres selon l'âge de l'animal et la cuisson.

Les rognons ont une saveur très délicate, mais éviter la surcuisson qui les rend

caoutchouteux.

VARIÉTÉS

La couleur des rognons de bœuf et d'agneau est brun foncé, celle des rognons de porc, rouge-brun pâle, et celle des rognons de veau brun plus pâle que celle des rognons de bœuf.

COMMENT CHOISIR ?

Choisir des rognons dodus et fermes, luisants et à la couleur caractéristique de l'animal, sans odeur d'ammoniaque.

QUE FAIRE AVEC ?

Les rognons se marient particulièrement bien avec les tomates, les champignons, la moutarde, le jus de citron, la crème, le vin rouge, le madère et le sherry.

COMMENT PRÉPARER ?

Les rognons les plus tendres peuvent être grillés, sautés ou rôtis; les autres sont meilleurs braisés. Cuire les rognons jusqu'à ce que la couleur rouge au centre disparaisse.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Les rognons sont très périssables, ils se conservent 1 jour au réfrigérateur. Ils se congèlent, mais on doit les utiliser immédiatement après la décongélation.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

Les rognons sont riches en protéines, en vitamine A (ceux de bœuf), en vitamines B (dont la vitamine B12, la riboflavine, la niacine et, pour les rognons d'agneau et de bœuf, l'acide folique), en fer, en phosphore et en zinc. Ils contiennent relativement peu de matières grasses mais beaucoup de cholestérol.

calories	protéines	lipide	acides gras saturés	cholestérol	* Source de données : AFSSA
167 kcal	26,00 g	7,00 g	1,33 g	396,00 mg	
zinc	fer	vitamin A	vitamin B1	vitamin B3	
4,90 mg	5,00 mg	260,00 µg	0,50 mg	6,30 mg	



Rognon de veau à la ficelle, bouillon de betteraves rouges et légumes d'été [3]

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

Fricassée de rognon de veau, gratin de coquillettes [4]

[En savoir plus \[4\]](#)

Cassolettes de rognons de veau aux pleurottes [5]

[En savoir plus \[5\]](#)

Rognon de veau aux coques [6]

[En savoir plus \[6\]](#)

Brochettes de rognons, lard fumé et polenta [7]

[En savoir plus \[7\]](#)

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15332>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15332>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/rognon-de-veau-la-ficelle-bouillon-de-betteraves-rouges-et-legumes-dete>

[4] <https://www.qooq.com/recipes/fricasee-de-rognon-de-veau-gratin-de-coquillettes>

[5] <https://www.qooq.com/recipes/cassolettes-de-rognons-de-veau-aux-pleurottes>

[6] <https://www.qooq.com/recipes/rognon-de-veau-aux-coques>

[7] <https://www.qooq.com/recipes/brochettes-de-rognons-lard-fume-et-polenta>