



< retour

Volaille

Chapon(s)



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Chapon, Poularde, Poulet

Poids moyen : 3500g

Le chapon est un coq qui a été châtré et engraisé. Le chapon devient deux fois plus gros que le jeune poulet, mais sa chair reste tendre et succulente, car il se forme dans les muscles des couches de graisse qui assurent la tendreté. Il contient une plus grande proportion de chair blanche que le poulet. Il est particulièrement savoureux lorsqu'il pèse autour de 4 kg.

Il est généralement rôti, farci ou non.

COMMENT CHOISIR ?

Les chapons sont exclusivement commercialisés en décembre. Elevés dans les Landes ou à Bresse c'est ce dernier le plus cher et de meilleure qualité. Pour le chapon de pintade fermier Label Rouge, il est conseillé de le commander quelques jours avant les fêtes à votre boucher.

QUE FAIRE AVEC ?

Le chapon est habituellement cuisiné simplement afin de ne pas masquer la délicatesse de sa chair.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Pour le chapon de pintade fermier Label Rouge, il est conseillé de le commander quelques jours avant les fêtes à votre boucher. Prêt à cuire (PAC) dans les grandes surfaces : plumée, vidée, sans tête ni patte, la volaille se présente bridée et sous film protecteur. Pour une meilleure conservation, la retirer de son emballage, la rouler dans un linge ou du papier sulfurisé et laisser la viande se détendre une journée ou deux au réfrigérateur.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories	protéines	lipide	magnésium	calcium
220 kcal	29,00 g	11,70 g	24,00 mg	14,00 mg
sodium	acides gras saturés	cholestérol	phosphore	cuivre
49,00 mg	3,26 g	86,00 mg	246,00 mg	0,07 mg
zinc	fer	manganèse	vitamin A	vitamin B1
1,74 mg	1,50 mg	0,02 mg	20,00 µg	0,07 mg
vitamin B2				
0,17 mg				

* Source de données : AFSSA

HISTOIRE

Le chapon châtré et engraisé est une technique pratiquée depuis l'Antiquité, fut inventée par les Romains. Lente et coûteuse, elle est encore utilisée en Europe mais rarement en Amérique du Nord.

Chapon rôti aux marrons [3]

[En savoir plus](#) [3]

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15487>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15487>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/chapon-roti-aux-marrons>