< retour

Boucherie

Boeuf cuit type pot-au-feu

Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]
TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :

Type : Boeuf

Le boeuf cuit est un ingrédient de base de nombreux plats et préparation comme le hachis parmentier, certaines salades (la salade bourguignonne), le bœuf miroton…etc.

La meilleure façon de savoir si la viande est cuite à souhait est d'utiliser un thermomètre à viande : saignante, elle est à 60°C, à point elle est à 71°C, bien cuite, 77°C.

Pastrami de boeuf : Le pastrami est une préparation de poitrine de bœuf saumurée et fumée que l'on trouve en tranches fines. Il est très utilisé dans les sandwichs new yorkais.

COMMENT CHOISIR ?

Le bœuf cuit s'achète en grande surface généralement en conserve ou chez un boucher, le plus souvent en plat mijoté.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Le bœuf cuit se conserve 3 à 4 jours au réfrigérateur et 2 à 3 mois au congélateur.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories	protéines	lipide	magnesium	calcium
240 kcal	28,50 g	14,00 g	10,00 mg	17,00 mg

sodium	acides gras saturés	cholestérol	phosphore	zinc
52,00 mg	6,05 g	75,00 mg	170,00 mg	9,70 mg

fer	vitamin B1	vitamin B2	vitamin B3	vitamin B5
4,30 mg	0,04 mg	0,30 mg	2,60 mg	0,50 mg

vitamin B6
0,24 mg

Afficher plus

* Source de données : AFSSA

Miroton provençal [3]

En savoir plus [3]

Liens

[1] https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15772

[2] https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15772

[3] https://www.qooq.com/recipes/miroton-provencal