



[< retour](#)

Poissonnerie

Perles des sous bois

Aimez-vous cet ingrédient ?

[IMPRIMER](#) [1]

[TÉLÉCHARGER](#) [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :

jan fév mar avr mai jui jui aoû sep oct nov déc

Type : Escargots

Les œufs d'escargots peuvent se déguster nature, à la cuillère, accompagnés de crème fraîche avec ou sans toast grillé.

COMMENT CHOISIR ?

Les œufs d'escargots ne s'achètent pas en grandes surfaces ni en épiceries fines. Pour s'en procurer, il faut se rendre directement chez les producteurs ou commander sur des sites internet spécialisés.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Les œufs d'escargots se conservent 6 mois à partir de la date de production. Après ouverture, il faut consommer les œufs dans les 15 jours.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories

protéines

glucide

lipide

magnesium

82
kcal

calcium

16,00
g

sodium

2,00
g

acides
gras
saturés

0,22
g

fer

1,20
g

cholestérol

57,50
mg

manganèse

250,00
mg

phosphore

206,00
mg

vitamin A

90,00
mg

civre

138,00
mg

zinc

3,50
mg

1,20
mg

30,00
µg

vitamin
B1

0,02
mg

[Afficher plus](#)

* Source de données : AFSSA

Il n'y a actuellement aucun contenu classé avec ce terme.

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16089>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16089>