< retour

Volaillerie

Perdreau(x)

Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]
TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :

Type : Caille, Perdrix, Pigeon

Poids moyen : 400g

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 ?

Le perdreau sauvage est plus cher que celui d'élevage. Le perdreau est généralement

congelé avant d'être vendu. Dans ce cas la peau doit être humide sous le plumage. Le perdreau doit avoir moins de 8 mois.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Sortir le perdreau de son emballage, l'essuyer à l'aide d'un linge humide et le 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	protéines	glucide	lipide	calcium
115 kcal	24,72 g	1,40 g	1,23 g	7,00 mg

cholestérol	phosphore	fer
78,00 mg	274,00 mg	3,30 mg

* Source de données : AFSSA

Perdreaux farcis [3]

En savoir plus [3]

Perdreaux en habit de chou vert et coing confit [4]

En savoir plus [4]

Perdreau rôti, choux et châtaignes au jus [5]

En savoir plus [5]

Liens

[1] https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16097

[2] https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16097

[3] https://www.qooq.com/recipes/perdreaux-farcis

[4] https://www.qooq.com/recipes/perdreaux-en-habit-de-chou-vert-et-coing-confit

[5] https://www.qooq.com/recipes/perdreau-roti-choux-et-chataignes-au-jus