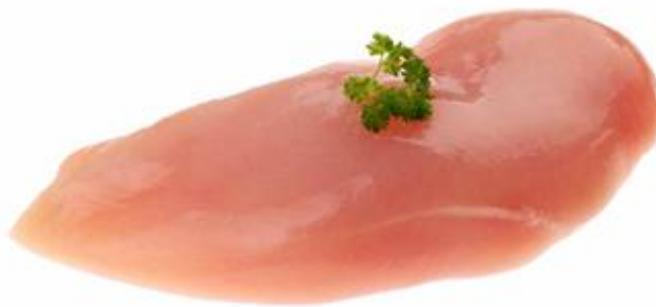




< retour

Volaille

Escalope(s) de dinde



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Dinde

Poids moyen : 130g

Préférer la dinde noire à la dinde blanche et la femelle au mâle car la chair de ce dernier est plus sèche.

COMMENT CHOISIR ?

Choisir de préférence une volaille estampillée d'un label de qualité comme le Label Rouge

pour s'assurer qu'elle a été nourrie de céréales et qu'elle a pu grandir en plein air. Préférer une dinde jeune de moins de 4kg qui sera plus tendre et moins sèche.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

La dinde crue peut se conserver dans l'endroit le plus froid du réfrigérateur. La dinde cuite, bien emballée peut être gardée au frais pendant 3 jours environ.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories	protéines	lipide	magnesium	calcium
127 kcal	28,50 g	1,44 g	44,40 mg	10,50 mg
sodium	acides gras saturés	cholestérol	phosphore	cuiivre
87,50 mg	0,51 g	72,50 mg	293,00 mg	0,05 mg
zinc	fer	manganèse	vitamin A	vitamin B1
1,22 mg	0,51 mg	0,02 mg	2,00 µg	0,05 mg
vitamin B2				
0,08 mg				

[Afficher plus](#)

* Source de données : AFSSA

HISTOIRE

Originare d'Amérique du Nord, la dinde fut introduite en Europe par les Espagnols. Ceux-ci, se croyant en Inde lorsqu'ils la découvrirent au Mexique, lui donnèrent le nom de «poule d'Inde». À cette époque, le mot dinde désignait une pintade originaire d'Afrique de l'Ouest. Aux États-Unis et au Canada, la dinde farcie est le mets traditionnel de l'Action de grâces et de Noël, depuis qu'en novembre 1620 elle servit de repas aux colons affamés du Mayflower, à leur arrivée dans l'actuel État du Massachusetts. On la sert accompagnée de gelée ou de confiture de canneberges, une variété d'airelles rouges. En Europe, la dinde fut d'abord servie sur les tables royales. Elle se tailla une place de plus en plus importante dans la

cuisine de plusieurs pays, et finit même par remplacer l'oie de Noël, notamment en Angleterre. Les jésuites furent les premiers à introduire la dinde en France où ils en firent l'élevage intensif. On prit l'habitude de nommer la dinde «jésuite», terme encore utilisé de nos jours.

Bagel à la dinde façon hamburger [3]

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

Osso bucco à la dinde [4]

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

Ballotine de dinde, jambon et parmesan [5]

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

Salade de chou vert, figues et émincé de volaille [6]

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

Boulettes de dinde aux herbes [7]

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

Brochettes de dinde à la crème de girolles [8]

[En savoir plus \[8\]](#)

Bouchées à la reine [9]

[En savoir plus \[9\]](#)

Papillotes de dinde à la sauge [10]

[En savoir plus \[10\]](#)

Tourte de dinde au foie gras [11]

[En savoir plus \[11\]](#)

Boudin de volaille maison [12]

En savoir plus [12]

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16169>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16169>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/bagel-la-dinde-facon-hamburger>

[4] <https://www.qooq.com/recipes/osso-bucco-la-dinde>

[5] <https://www.qooq.com/recipes/ballotine-de-dinde-jambon-et-parmesan>

[6] <https://www.qooq.com/recipes/salade-de-chou-vert-figues-et-emince-de-volaille>

[7] <https://www.qooq.com/recipes/boulettes-de-dinde-aux-herbes>

[8] <https://www.qooq.com/recipes/brochettes-de-dinde-la-creme-de-girolles>

[9] <https://www.qooq.com/recipes/bouchees-la-reine>

[10] <https://www.qooq.com/recipes/papillotes-de-dinde-la-sauge>

[11] <https://www.qooq.com/recipes/tourte-de-dinde-au-foie-gras>

[12] <https://www.qooq.com/recipes/boudin-de-volaille-maison>