



< retour

Volaille

# Bécasse(s)

IMPRIMER [1]

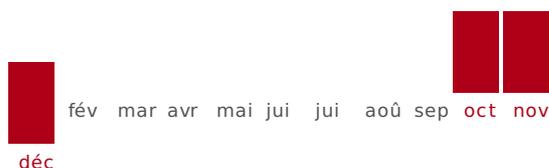
TÉLÉCHARGER [2]

Aimez-vous cet ingrédient ?

À PROPOS DE

## CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Viandes exotiques et gibiers

Poids moyen : 320g

Veiller à ne pas vider la caille, enlever seulement le gésier. Brider la bécasse avec son bec.

## COMMENT CHOISIR ?

La commercialisation de la bécasse est interdite par la loi tant sur les marchés que dans les restaurants. C'est un gibier rare et recherché qui se chasse de mars à avril et d'octobre à novembre. C'est pendant cette dernière période que sa chair est plus grasse et plus tendre.

## QUE FAIRE AVEC ?

Le gibier gagne à être mortifié pendant 3 à 4 jours. Durant ce temps, la bécasse non vidée doit être pendue par la tête dans un endroit sec, frais et ventilé. Il est impératif de l'envelopper dans une mousseline et non dans un sac en plastique.

## COMMENT PRÉPARER ?

Le gibier gagne à être mortifié pendant 3 à 4 jours. Durant ce temps, la bécasse non vidée doit être pendue par la tête dans un endroit sec, frais et ventilé. Il est impératif de

l'envelopper dans une mousseline et non dans un sac en plastique.

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

calories

**115**  
kcal

protéines

**25,00**  
g

lipide

**1,50**  
g

\* Source de données : AFSSA

## La bécasse [3]

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

---

### Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16183>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16183>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/la-becasse>