



< retour

Boucherie

Onglet de boeuf



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Boeuf

Poids moyen : 150g

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories

150
kcal

protéines

18,00
g

lipide

8,62
g

acides
gras
saturés

3,91
g

zinc

4,51
mg

* Source de
données :
AFSSA



Onglet grillé à la sauce verte et pommes de terre rattes [3]

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

Onglet de boeuf poêlé, polenta au beurre d'algues [4]

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

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16408>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16408>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/onglet-grille-la-sauce-verte-et-pommes-de-terre-rattes>

[4] <https://www.qooq.com/recipes/onglet-de-boeuf-poele-polenta-au-beurre-dalgues>