



< retour

*Boucherie*

# Coeur de boeuf



IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

Aimez-vous cet ingrédient ?

À PROPOS DE

## CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :

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

Type : Boeuf

Poids moyen : 1500g

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

calories

92  
kcal

protéines

16,60  
g

glucide

0,60  
g

lipide

2,59  
g

magnesium

18,70  
mg

calcium

**6,24**  
mg

sodium

**93,50**  
mg

acides  
gras  
saturés

**0,59**  
g

cholestérol

**141,00**  
mg

phosphore

**206,00**  
mg

sucres

**0,50**  
g

cuivre

**0,35**  
mg

zinc

**1,30**  
mg

fer

**4,98**  
mg

manganèse

**0,03**  
mg

vitamin  
B1

**0,42**  
mg

[Afficher plus](#)

\* Source de données : AFSSA

## Coeur de boeuf grillé, pommes de terres frites et sauce béarnaise [3]

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

---

### Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16518>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16518>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/coeur-de-boeuf-grille-pommes-de-terres-frites-et-sauce-bearnaise>