

Paupiette de lapin



Paupiette de lapin, sans porc, surgelée, pièce de 125 g.

La paupiette de lapin est fréquemment servie avec une sauce au vin blanc type chasseur. Elle peut être accompagnée de riz ou de pâtes fraîches.

Au niveau de la présentation, on remarque que les paupiettes de lapin proposées dans notre comparatif sont identiques, puisqu'elles ne sont ni ficelées, ni bardées, et que toutes nécessitent une étape de cuisson. Quatre sur cinq d'entre elles présentent également une composition relativement similaire : 33 % de viande de lapin saumurée, environ 16 % de viande de dinde et un peu plus de 11 % de viande de bœuf. Quant à la 5^e offre, si la quantité de viande de lapin utilisée est de 30 % dans le produit fini, donc quasiment identique par rapport aux autres offres, on note toutefois que l'intégralité de cette viande n'est pas saumurée. De plus, cette offre contient un mélange de viandes de volailles (poulet et dinde) à hauteur de 29 %, mais elle est dépourvue de viande de bœuf. On constate également certaines différences quant aux autres ingrédients mis en œuvre, dont notamment une quantité beaucoup plus élevée de protéines de soja : 20 % contre 5 % pour les autres offres. Nutritionnellement, cela impacte la teneur en glucides, mais comme on peut le voir, si celle-ci est plus élevée pour l'offre dépourvue de viande de bœuf, il s'agit principalement de glucides complexes. Par contre, on constate que cette offre possède des taux de lipides et d'acides gras saturés plus importants.

Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pour une saveur plus affirmée, nappez vos paupiettes d'une sauce à base de concassé de tomate, de piment d'Espelette et de sauge

Thèmes & Recettes

*Terroir : Paupiette de lapin sauce moutarde
Occitanie : Lapin à la catalane*

QUESTION D'UN ACHETEUR

À quelles catégories de population le grammage des paupiettes de lapin peut-il convenir ?

En tenant compte d'une perte de poids à la cuisson d'environ 10 %, elles peuvent être servies aux adolescents, aux adultes et aux repas portés à domicile ; la portion recommandée étant de 100 à 120 g. Elles conviennent aussi pour le déjeuner des personnes âgées en institution, dont le grammage doit se situer aux alentours de 100 g². Pour les élèves de maternelle, dont les portions doivent être de 50 g², elles peuvent être partagées en deux. Par contre, pour le repas des élémentaires et le dîner des personnes âgées en institution, il est difficile de réaliser les portions recommandées de 70 g².

² Grammages à +/- 10 %

TABLEAU NUTRITIONNEL

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	dont sucres	Matières grasses	dont AGS	Sel	Rapport P/L	Industriels Marque
BRAKE	39021	135 kcal	13,0 %	3,0 %	2,5 %	7,5 %	3,3 %	2,02 g	1,73	BRAKE Brake Euro
FRANCE FRAIS	11233	229 kcal	14,0 %	14,0 %	< 1,0 %	13,0 %	3,7 %	1,29 g	1,07	GELAE Gewy
PASSION FROID	25173	154 kcal	17,0 %	1,6 %	1,6 %	8,5 %	3,4 %	1,06 g	2,00	GELAE Pomona
RELAIS D'OR	451404	135 kcal	13,0 %	3,0 %	2,5 %	7,5 %	3,3 %	2,02 g	1,73	GELAE Gewy
TRANSGOURMET	209486	145 kcal	14,0 %	1,1 %	0,3 %	< 14 %	6,3 %	1,64 g	> 1 %	S.A PETIBOUT Petibout

COMPARAISON DES OFFRES

	Référence	Etat Aspect	Type de viande et %	Autres ingrédients et %	Additifs Agents de texture	Industriels Marque
BRAKE	39021	crue, sans ficelle, sans barbe	viande de lapin saumurée 33 %, dinde 15,7 %, bœuf 11,2 %	carotte 9 %, protéines de soja 5 %, oignon 4,5 %, chapelure de blé 1,4 %, dextrose % NC, sirop de glucose % NC, épices et plantes aromatiques % NC, arôme % NC, extraits d'épices % NC	anti-oxydant, hydrolysat de protéines de colza et de maïs, stabilisant	BRAKE Brake Euro
FRANCE FRAIS	11516	crue, sans ficelle, sans barbe	viande de lapin saumurée 33 %, dinde 15,7 %, bœuf 11,2 %	carotte 9 %, protéines de soja 5 %, oignon 4,5 %, chapelure de blé 1,4 %, dextrose < 1 %, sirop de glucose < 1 %, épices et plantes aromatiques < 1 %, arômes < 1 %, extraits d'épices < 1 %, huile de maïs et de tournesol < 1 %	anti-oxydant, hydrolysat de protéines de colza et de maïs, stabilisant	GELAE Gewy
PASSION FROID	25173	crue, sans ficelle, sans barbe	viande de lapin saumurée 33 %, dinde 16 %, bœuf 11,4 %	carotte 9 %, protéines de soja 5 %, oignon 4,5 %, chapelure de blé 1,4 %, dextrose % NC, maltodextrine % NC, ail % NC, poivre % NC, extraits d'épices % NC	anti-oxydant, hydrolysat de protéines de colza et de maïs, stabilisant	GELAE Pomona
RELAIS D'OR	451404	crue, sans ficelle, sans barbe	viande de lapin saumurée 33 %, dinde 15,7 %, bœuf 11,2 %	carotte 9 %, protéines de soja 5 %, oignon % NC, chapelure de blé % NC, dextrose % NC, maltodextrine % NC, ail % NC, poivre % NC, extraits d'épices % NC	anti-oxydant, hydrolysat de protéines de colza et de maïs, stabilisant	GELAE Gewy
TRANSGOURMET	209486	crue, sans ficelle, sans barbe	viande de lapin saumurée et non saumurée 30 %, préparation poulet/dinde 29 %	protéines végétales réhydratées de soja 20 %, gras de veau 9,5 %, eau 7 %, oignon 3 %, dextrose < 1 %, farine de riz < 1 %, épices < 2 %, poireau < 1 %, plantes aromatiques < 1 %, arôme naturel de poivre < 1 %, arôme naturel de muscade < 1 %, fibre de citron < 1 %	/	S.A PETIBOUT Petibout

	Référence	Allergène majeur	Mise en œuvre	Origine matières premières	Pays de transformation	DDM	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	39021	gluten	sans décongélation, cuisson au four	lapin : UE, dinde : UE, bœuf : UE	France	18 mois	surgelé, IQF, 125 g, carton de 5 kg, 40 pièces par carton	BRAKE Brake Euro
FRANCE FRAIS	11516	gluten, soja	sans décongélation, cuisson au four	lapin : Chine, dinde : UE, bœuf : UE	France	18 mois	surgelé, IQF, 125 g, carton de 5 kg, 40 pièces par carton	GELAE Gewy
PASSION FROID	25173	gluten, soja	sans décongélation, cuisson au four à chaleur sèche 250/280 °C jusqu'à coloration, puis finition en suite culinaire au four mixte à 150/175 °C	lapin : hors UE, dinde : UE, bœuf : UE	France	18 mois	surgelé, IQF, 125 g, carton de 5 kg, 40 pièces par carton	GELAE Pomona
RELAIS D'OR	451404	gluten, soja	sans décongélation, cuisson au four 150 °C 30 min	lapin : NC, dinde : UE, bœuf : UE	France	18 mois	surgelé, IQF, 125 g, carton de 5 kg, 40 pièces par carton	GELAE Gewy
TRANSGOURMET	209486	soja	sans décongélation, faire revenir en sauteuse huilée, finition au four 250 °C 20 min	lapin : Chine, volaille : UE	France	24 mois	surgelé, IQF, 125 g, carton de 5 kg, 38 pièces minimum par carton	S.A PETIBOUT Petibout

Possédant un rapport P/L supérieur à 1, la fréquence de présentation de nos paupiettes de lapin n'est donc pas limitée par ce critère. Contrairement à nos offres d'escalopes viennoises, nous ne connaissons toutefois pas la teneur exacte de viande saumurée mise en œuvre dans notre sélection. Nous savons juste que la quantité de viande, qu'elle soit saumurée ou non, est comprise entre 73,7 et 75,5 g par paupiette de

125 g. Lorsque qu'un doute existe et que l'on ne peut déterminer avec exactitude si le plat protidique contient bien les 70 % du grammage recommandé pour la denrée protidique, par défaut, ce plat est classé dans la catégorie des préparations ou plats prêts à consommer à base de viande, de poisson et/ou d'œuf, contenant moins de 70 % du grammage recommandé pour la denrée protidique.

