

## Nuggets de poulet

Beignet de poulet, cuit, surgelé, pièce de 20 à 22 g.

Les nuggets de poulet sont généralement proposés cuits au four ou en friteuse et agrémentés de sauce barbecue ou de ketchup.

Les nuggets sont des préparations à base de viande présentées dans un enrobage. Si cinq de nos offres possèdent une répartition relativement homogène, puisqu'elles contiennent entre 64 et 65 % de viande contre 34 à 35 % d'enrobage, ce n'est pas le cas pour notre 6<sup>ème</sup> offre. Cette dernière contient en effet 72,5 % de viande et seulement 27,5 % d'enrobage (celui-ci étant d'ailleurs sous forme de panure et non pas de pâte à beignet). Toutefois, il faut rester vigilant en ce qui concerne le pourcentage de viande indiqué au niveau de la répartition car celui-ci correspond soit à des préparations à base de viande, c'est à dire un mélange de viande de poulet (incluant souvent la peau) avec d'autres ingrédients, soit à du filet de poulet traité en salaison. Ainsi, pour les quatre offres proposées avec des préparations à base de viande, la teneur réelle en poulet dans le produit fini n'est en fait que de 43,5 à 49 %. Plus qualitatives, nos deux dernières offres préparées uniquement

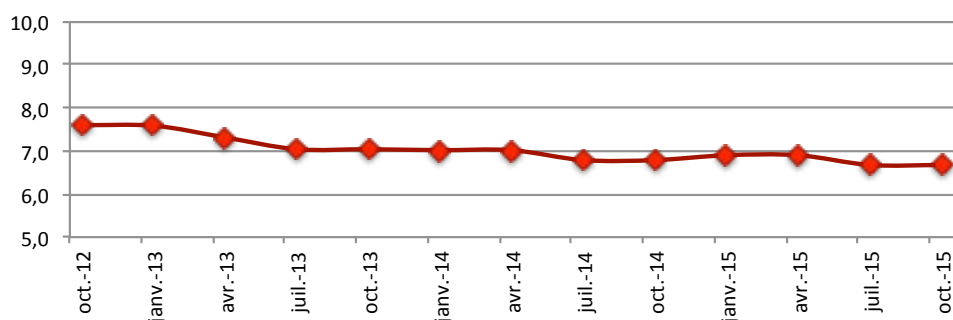
avec du filet de poulet en contiennent entre 54 et 70 % (teneur en filet de poulet hors saumurage). Donc, hormis l'offre à 72,5 % de filet de poulet saumuré, notre sélection de nuggets contient moins de 70 % du poids recommandé pour la denrée protidique et se retrouve limitée à 3/20 repas successifs maximum pour les enfants de plus de trois ans et les adolescents, contre 4/20 pour les adultes. Pour les personnes âgées en institution et les repas livrés à domicile, les fréquences sont variables en fonction du nombre de repas servis, à savoir : au maximum 2/20, 2/24 ou 3/28 déjeuners et 8/28 dîners successifs. Par ailleurs, on constate que 2 offres possèdent un rapport P/L (Protéines/Lipides) inférieur à 1. Elles se retrouvent donc également limitées par ce critère (maximum 2/20, 2/24 ou 3/28 déjeuners et 6/28 dîners successifs pour les personnes âgées et repas portés à domicile et 2/20 repas successifs pour les autres catégories de population à partir de la maternelle).



### Le saviez-vous ?

L'invention des nuggets (ou pépites en français) remonte aux années 50. Il semble que ce soit Rober C. Baker, professeur en sciences de l'alimentation à l'université de Cornell (Etat de New York), qui mit au point la recette permettant de faire tenir ensemble la viande hachée de volaille recouverte de panure lors de la cuisson.

### Evolution de l'indice tarifaire 2012-2015



### Suggestions du chef

#### ASTUCES / IDÉES

Pour accompagner vos nuggets avec plus de légèreté, confectionnez une sauce à base de fromage blanc additionnée de coriandre, de menthe et de gingembre.

#### THÈMES & RECETTES

**La Campagne :** Beignets de la basse-cour  
**Le goût :** Nuggets sauce aigre-douce

### Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	dont sucres	Matières grasses	dont AGS	Sel	P/L	Industriels Marque
BRAKE	6928	201 kcal	11,3 %	14,0 %	1,3 %	10,8 %	2,4 %	0,80 g	1,05	MOY PARK Brake
DAVIGEL	12196349	215 kcal	15,4 %	14,2 %	1,5 %	10,5 %	0,6 %	0,93 g	1,46	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	101146	235 kcal	15,0 %	14,6 %	1,4 %	12,7 %	2,6 %	1,50 g	1,18	GASTRONORME DISTRIBUTION Gastronorme Restauration
PASSION FROID	58208	176 kcal	13,5 %	16,5 %	2,0 %	6,0 %	0,8 %	1,00 g	2,25	CELVIA NC
RELAIS D'OR MIKO	7821	254 kcal	12,0 %	17,0 %	2,1 %	15,0 %	3,3 %	1,47 g	0,80	ARRIVE RESTAURATION NC
TRANSGOURMET	173450	254 kcal	12,0 %	17,0 %	2,1 %	15,0 %	3,3 %	1,50 g	0,80	MAÎTRE COQ Maître Coq

## Comparaison des offres

	Référence	Etat Aspect	Répartition	Type de viande et % à la mise en œuvre	Autres ingrédients et %	Industriels Marque
BRAKE	6928	préparation de viande de poulet, enrobée, pré-frite, cuite	préparation de viande de poulet 66 %, pâte à beignet 34 %	viande de poulet 49 %	farine de blé 8,3 %, farine de maïs 2,8 %, semoule de blé dur 0,3 %, dextrose < 0,1 %, poudre de lait écrémé 0,2 %, huile de tournesol 10 %, matière grasse de poulet 0,5 %	MOY PARK Brake
DAVIGEL	12196349	filet de poulet, saumuré, enrobé, frit, cuit	filet de poulet saumuré 72,5 %, panure 27,5 %	filet de poulet 70 %	farine de blé % NC, huile de colza % NC, huile d'olive % NC	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	101146	préparation de viande de poulet, saumurée, enrobée, frite, cuite	préparation de viande de poulet 65 %, pâte à beignet 35 %	filet de poulet 24,8 %, viande de poulet 21,3 %	farine de blé 10 à 20 %, farine de maïs 5 à 10 %, sirop de glucose < 2 %, dextrose de blé < 2 %, huile de tournesol et colza 10 à 15 %	GASTRONORME DISTRIBUTION Gastronorme Restauration
PASSION FROID	58208	filet de poulet, saumuré, enrobé, frit, cuit	filet de poulet saumuré 65 %, pâte à beignet 35 %	viande de poulet 54 %	farine de blé 15 %, farine de blé dur 1 %, dextrine de manioc < 0,3 %, dextrose < 1,5 %, huile de tournesol 4 %	CELVIA NC
RELAIS D'OR MIKO	7821	préparation de viande de poulet, saumurée, enrobée, frite, cuite	préparation de viande de poulet 65 %, pâte à beignet 35 %	viande de poulet 46,1 %	chapelure 15,5 %, farine de blé % NC, dextrose < 1 %, huile de tournesol % NC, protéines de soja 2 à 3 %	ARRIVE RESTAURATION NC
TRANSGOURMET	173450	préparation de viande de poulet, enrobée, frite, cuite	préparation de viande de poulet 65 %, pâte à beignet 35 %	viande de poulet 31,8 %, peau de poulet 11,7 %	chapelure 15,4 %, farine de blé 6 %, dextrose 0,3 %, huile de tournesol % NC	MAÎTRE COQ Maître Coq

	Référence	Arômes et Épices Colorants Additifs et Agents de texture	Mode d'emploi	Origine matière première	Pays de transformation	DDM	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	6928	arôme de poulet, poivre, amidon modifié de maïs et de blé, fibre de pois, gluten de blé, poudre à lever	sans décongélation, four air pulsé 180/210 °C 18 à 20 min, ou en friteuse 180 °C 4 min	UE, Brésil	France	18 mois	surgelé, IQF, 22 g, sachet 1,25 kg, 4 x 1,25 kg	MOY PARK Brake
DAVIGEL	12196349	arômes, extrait de levure	sans décongélation, four chaleur sèche 200 °C 10 min, ou en friteuse 180 °C 2 min 30, ou en étuve 110 °C 20 à 25 min, ou four micro-ondes 800 W 3 min	NC	Allemagne	18 mois	surgelé, IQF, 20 g, sachet 1,25 kg, 4 x 1,25 kg	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	101146	arômes, fibre de blé, protéines de blé, stabilisant, levure, poudre à lever	four 220 °C 10 à 12 min, ou à la poêle à feu doux 8 à 10 min	France	France	18 mois	surgelé, IQF, 20 g, sachet 1,25 kg, 4 x 1,25 kg	GASTRONORME DISTRIBUTION Gastronorme Restauration
PASSION FROID	58208	colorant, levure, poudre à lever	avec ou sans décongélation, four chaleur sèche 150/170 °C	UE	France	18 mois	surgelé, IQF, 20 g, vrac, 1 x 5 kg	CELVIA NC
RELAIS D'OR MIKO	7821	arômes naturels, épices, extraits d'épices, poudre d'ail, amidon de maïs et de tapioca, colorant, stabilisant, poudre à lever	sans décongélation, four 210 °C 12 min, ou à la poêle sans matière grasse 5 min, ou en friteuse 180 °C 3 min	UE	France	18 mois	surgelé, IQF, +/- 22 g, sachet 2,5 kg, 2 x 2,5 kg	ARRIVE RESTAURATION NC
TRANSGOURMET	173450	arômes naturels, épices, colorant, protéines de soja, amidons modifiés, stabilisant, poudre à lever	sans décongélation, four 210 °C 12 min, ou à la poêle sans matière grasse 5 min, ou en friteuse 180 °C 3 min	UE	France	18 mois	surgelé, IQF, 20 g, sachet 2,5 kg, 2 x 2,5 kg	MAÎTRE COQ Maître Coq

Côté portions, les recommandations du GEMRCN vous indiquent le nombre de nuggets à servir lorsque ceux-ci sont à 20 g (+/-10 %), comme c'est le cas pour nos offres. Celles-ci étant proposées en 20 ou 22 g, comptez alors deux nuggets pour les maternelles, trois pour les élémen-

taires et le dîner des personnes âgées en institution et cinq pour les adolescents, les adultes et le déjeuner des personnes âgées. Notons que les nuggets, qui ne sont pas les produits les mieux placés nutritionnellement, ne sont pas recommandés pour les enfants de moins de trois ans.

