

Pintade

Pintade, PAC (prête à cuire), congelée, pièce de 0,9 à 1,3 kg.

La pintade est généralement proposée rôtie, accompagnée de pommes au four, de marrons ou de chou. Elle peut également être préparée en fricassée.



Préparer des pintades entières prend généralement du temps et de la place. Il convient donc de bien s'organiser en cuisine. Tout d'abord, pensez à décongeler vos pintades la veille en enceinte réfrigérée (0/+3 °C), ce qui permettra de diminuer la durée de passage au four. Par ailleurs, en plus du temps de cuisson, n'oubliez pas de tenir compte de celui nécessaire à la découpe. Pour de ne pas vous retrouver avec une marge restreinte lors de cette dernière étape évitez, en autres, d'enfourner vos pintades trop tardivement. Ensuite, afin de ne pas vous mettre dans l'embarras en cours de préparation, estimez bien en amont le temps, la place et le matériel qui resteront à votre disposition pour la confection des autres composantes du repas. Mais une fois tous ces paramètres gérés, les atouts gustatifs d'une pintade rôtie seront largement récompenser les efforts occasionnés.

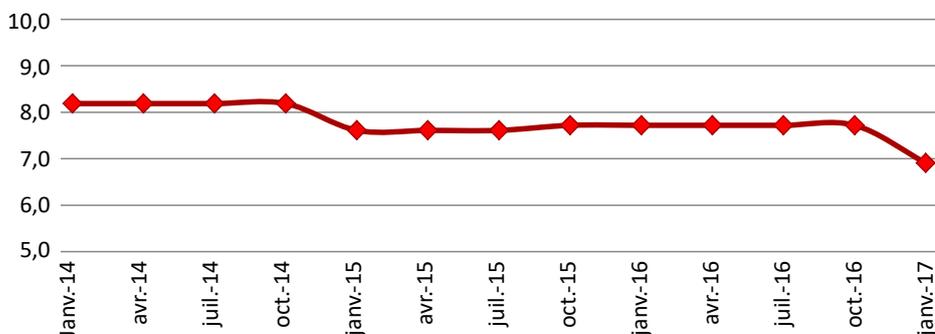
Au niveau des portions nettes à consommer dans l'assiette (avec os) recommandées par le GEMRCN, comptez 90 à 110 g pour les maternelles et le dîner des personnes âgées en institution, 126 à 154 g pour les élémentaires et le déjeuner des personnes âgées en institution, 126 à 198 g pour les adultes et les adolescents. Ainsi, en tenant compte d'une perte à la cuisson de 15 %, vous pourrez par exemple réaliser 4, 6 ou 8 portions de respectivement 190, 127 ou 95 g avec une pintade de 0,9 kg, puisqu'une fois cuite celle-ci pèse en moyenne 0,76 kg. Par contre, avec une pintade de 1,3 kg, vous pourrez obtenir des grammages pratiquement équivalents, mais en réalisant cette fois 6, 8 ou 12 parts. Il peut donc être intéressant de se procurer des calibres identiques pour éviter d'avoir à recalculer le nombre de portions réalisables en fonction de chaque pintade.

Question d'un acheteur

Quelles sont les différences entre une pintade éviscérée et une pintade effilée ?

Une pintade éviscérée, ou PAC (prête à cuire), a été totalement vidée de ces viscères et, en général, de ses abattis (pattes, tête, cou, ailerons, cœur, gésier). Elle est soit proposée fraîche, soit congelée. Une pintade effilée est forcément fraîche, puisque seul l'intestin a été retiré. Les viscères et les abattis sont encore présents et vous devez donc finir de nettoyer l'intérieur de la volaille avant de la cuisiner.

Evolution de l'indice tarifaire 2014-2017



Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pour plus de saveur, vous pouvez badiageonner vos pintades avec de la tapenade avant de les faire rôtir.

Thèmes & Recettes

La Drôme : Pintadeau sur canapé

Le goût : Fricassée à la sarriette et au romarin

Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	Matières grasses	dont AGS	Sel	Rapport P/L	Industriels Marque
BRAKE	38476	146 kcal	21,8 %	0,1 %	6,5 %	2,1 %	0,51 g	3,35	NC
DAVIGEL	1680561	151 kcal	23,3 %	/	6,4 %	1,9 %	0,18 g	3,64	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	111591	192 kcal	20,0 %	traces	13,0 %	3,3 %	0,13 g	1,54	MAÎTRE COQ Maître Coq
KRILL	556029	213 kcal	19,7 %	/	14,6 %	4,0 %	0,12 g	1,35	NC
PASSION FROID	1076	213 kcal	19,7 %	0,6 %	14,6 %	4,0 %	0,12 g	1,35	NC
RELAIS D'OR	453804	168 kcal	23,3 %	< 0,1 %	8,3 %	NC	NC	2,80	SAVEL NC
TRANSGOURMET	125856	213 kcal	19,7 %	0,6 %	14,6 %	4,0 %	0,12 g	1,35	SAVEL P'tit Duc

Comparaison des offres

	Référence	Etat Aspect	Classe	Type de viande et %	Type d'alimentation	Durée d'élevage minimale	Industriels Marque
BRAKE	38476	crue, PAC, sans cou, éviscérée, sans abat, exempt de griffure, brûlure, plume résiduelle et dissymétrie apparente	A	pintade 100 %	100 % végétale, minéraux et vitamines, sans graisse animale, sans antibiotique facteur de croissance	70 jours	NC
DAVIGEL	1680561	crue, PAC, sans cou, éviscérée, sans abat, plumée à l'eau	A	pintade 100 %	100 % végétale, minéraux et vitamines	NC	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	111591	crue, PAC, sans cou, sans abat, bridée, sans tarse	A	pintade 100 %	100 % végétale	70 jours	MAÎTRE COQ Maître Coq
KRILL	556029	crue, PAC, éviscérée, bridée, avec tarse	A	pintade 100 %	100 % végétale	70 jours	NC
PASSION FROID	1076	crue, PAC, sans abat	A	pintade 100 %	100 % végétale, minéraux et vitamines	70 à 84 jours	NC
RELAIS D'OR	453804	crue, PAC, éviscérée, sans abat	A	pintade 100 %	100 % végétale	NC	SAVEL NC
TRANSGOURMET	125856	crue, PAC, sans cou, éviscérée, sans abat, avec tarse	A	pintade 100 %	100 % végétale, minéraux et vitamines	70 à 84 jours	SAVEL P'tit Duc

	Référence	Mise en œuvre	Origine matière première	Pays de transformation	DDM	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	38476	cuire au four ou en cocotte, à 180 °C, 1h30	née, élevée et abattue en France	France	24 mois	congelée, pièce de 1,1 à 1,3 kg, 10 pièces par carton	NC
DAVIGEL	1680561	décongélation en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C), travailler comme un produit frais	née, élevée et abattue en France	France	24 mois	congelée, pièce de +/- 1 kg, 4 pièces par carton	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	111591	NC	France	France	24 mois	congelée, pièce de 1,15 à 1,25 kg, nombre de pièces NC	MAÎTRE COQ Maître Coq
KRILL	556029	cuisson à cœur conseillée	France	France	18 mois	congelée, IQF, pièce de 1,2 à 1,3 kg, 6 à 8 pièces par carton	NC
PASSION FROID	1076	à pocher, à rotir, en cocotte	France	France	24 mois	congelée, pièce de 0,9 à 1,1 kg, 10 pièces par carton	NC
RELAIS D'OR	453804	avec décongélation	France	France	24 mois	congelée, pièce de 1,05 à 1,15 kg, 10 pièces par carton	SAVEL NC
TRANSGOURMET	125856	au four 180 °C, 75 min	France	France	24 mois	congelée, pièce de 1,1 kg, 10 pièces par carton	SAVEL P'tit Duc

Suivant leurs conformations, les volailles peuvent appartenir à l'une de ces trois classes: A, B ou C. La 1^{ère}, qui concerne l'ensemble de nos offres de pintades, regroupe les volailles qui n'ont pas de défauts physiques majeurs (déformations, déchirures au niveau de la peau, hématomes...) et qui possèdent une bonne répartition entre le taux de muscles et de graisse. La 2^{nde} comprend quant à elle les volailles présentant un taux d'engraissement soit trop faible, soit trop important, et dont

la carcasse peut présenter des blessures qui ne porte toutefois pas préjudice à la présentation du produit. La classe C est uniquement destinée à l'industrie pour être transformée (potages, bouillons, fonds déshydratés). Comme on peut le constater, ce classement concerne donc uniquement l'apparence de la volaille, mais ne tient pas compte de sa qualité, notamment d'un point de vue gustatif. Pour cela, il faut plutôt se tourner vers des volailles fermières, Label Rouge, Bio, etc.

