

Cet
automne
on cuisine
la Pintade
Fermière
Label
Rouge !



RECETTE DE SAISON

Pintade Fermière Label Rouge

aux pommes et poires caramélisées et épices douces

Temps de préparation : 15 mn

Temps de cuisson : 1h15

INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PERSONNES

- 1 Pintade Fermière Label Rouge
- 4 pommes
- 4 poires
- 200 g de raisin
- 10 abricots secs
- 2 c.à.s de raisins secs
- 2 c.à.s de noisettes
- 2 c.à.s de noix
- 3 c.à.s de miel
- 3 bâtonnets de cannelle
- 3 étoiles de badiane
- 3 feuilles de laurier
- 1 morceau de gingembre
- ½ c.à.c de noix de muscade
- 2 c.à.s d'huile végétale
- Sel, poivre

PRÉPARATION

Préchauffer le four à 180° C.
Dans un bol, mélanger le miel, les épices et l'huile.
Mettre la Pintade Fermière Label Rouge dans un plat à four creux. Arroser la préparation du mélange de miel aux épices.
Verser 10 cl d'eau chaude dans le fond du plat.
Saler et poivrer, puis ajouter les feuilles de laurier autour de la volaille.
Cuire au four pendant 1h15 en arrosant régulièrement avec la sauce.
Pendant ce temps, couper les pommes et les poires en quartiers sans oublier de retirer les cœurs. Ajoutez-les avec les raisins, les noix, les noisettes et les fruits secs 20 mn avant la fin de la cuisson.

Pour plus de moelleux, laisser reposer la volaille dans son jus 10 mn avant de servir.

La Pintade Fermière Label Rouge est la volaille de l'automne. Appréciee pour sa chair ferme, son goût si particulier rappelle les accents du gibier.

Atypique et originaire d'Afrique, la Pintade est restée très proche de l'état sauvage et a un grand besoin de liberté. Elle aime se percher et profiter au maximum des grands espaces. Ces caractéristiques en font une espèce particulièrement adaptée à l'élevage en plein air exigé par le Label Rouge.

Ce mode de production fermier, complété d'une alimentation naturelle riche en céréales, garantit une viande savoureuse et typée.

En cuisine, tout simplement rôtie au four, préparée en cocotte ou à la vapeur, parfumée d'une épice, d'un condiment ou associée à une saveur sucrée, la Pintade Fermière Label Rouge se prépare de mille et une façons.

La Pintade Fermière Label Rouge est la star de l'automne. Connaisseurs et néophytes se laisseront forcément tenter par cette volaille originale et colorée !



POURQUOI ON L'AIME ?

- Sa chair à la saveur légèrement giboyeuse.
- Les mariages gourmands aux notes exotiques, aigres-douces ou sucrées-salées qu'elle permet d'inventer.
- Son petit format et son prix mini.
- Sa facilité de préparation.

COTÉ NUTRITION

Une volaille particulièrement peu grasse.

Valeurs énergétiques et nutritionnelles moyennes pour 100 g* :

- **Energie** 68 kcal - 703 Kj
- **Protéines** 23,3 g
- **Glucides** < 0,1g
- **Lipides** 8,3 g

*Source : CIP - Comité interprofessionnel de la pintade

Astuce en Cuisine !



Pour gagner un tiers du temps à la cuisson au four, et apporter plus de moelleux, pocher la volaille 10 mn dans un bouillon de poule.



Pourquoi choisir une Pintade Fermière Label Rouge ?



La garantie d'une qualité supérieure

Exiger une **Pintade Fermière Label Rouge**, c'est avoir l'assurance d'un produit sûr, aux qualités organoleptiques reconnues et vérifiées régulièrement par des tests sensoriels. Et, c'est avant tout se régaler, tout simplement !

Un mode d'élevage particulier

Les **Pintades Fermières Label Rouge** sont produites par des éleveurs soucieux d'une aviculture durable ancrée dans les régions françaises. Ils appliquent un mode d'élevage fermier en plein air, respectueux du bien-être animal et de l'environnement pendant une durée longue (94 jours minimum).



Un logo gage de qualité

Une **Pintade Fermière Label Rouge** est reconnaissable par son étiquette qui porte le logo rouge et blanc du Label et un numéro individuel d'identification qui apporte la traçabilité de l'animal. Chaque étape de production est contrôlée par un organisme certificateur indépendant agréé par les Pouvoirs publics. Quelle que soit sa région, le Label Rouge est votre garantie de qualité supérieure ! Vous la trouverez chez le volailler, le boucher ou dans les grandes et moyennes surfaces.

Informations pratiques

- Pour 4 à 6 personnes
- Poids moyen en prêt-à-cuire : 1,2 à 1,6 kg
- Prix : de 7 à 8 € le kg
- Préparation : pour une cuisson au four, compter 1h à 1h.6 (180° C), en arrosant régulièrement.

Synalaf
Syndicat National
des Labels Avicoles de France



FranceAgriMer



CIP
Comité Interprofessionnel de la Pintade

Plus d'informations sur

www.volaillelabelrouge.com

Service de presse des Volailles Fermières Label Rouge - Agence Vianova

Véronique Delfau - 01 53 32 28 33 - veronique.delfau@vianova-rp.com

Déborah Jaoui - 01 53 32 28 46 - jaoui@vianova-rp.com