

Chic,
C'EST LA SAISON
DE LA PINTADE
fermière





On la dévore des yeux ! On ne voit qu'elle... Elle arrive dans son sublime habit de plumes grises moucheté de perles blanches... La Pintade Fermière Label Rouge, volaille exquise et élégante, est la vedette en toutes saisons.

VOUS AVEZ DIT *tendance* ?

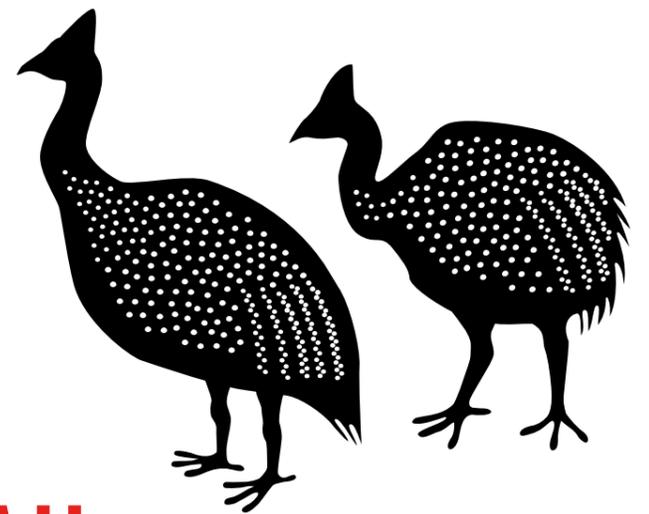
Pleine de vitalité grâce à son élevage en plein air, dans un vaste espace qu'elle peut explorer, on la sent bien dans sa peau ! La pintade Label Rouge est issue d'un mode de production strictement réglementé par des cahiers

des charges, respectueux du bien-être animal, de l'environnement et de la biodiversité. De souche rustique, elle a pris son temps pour grandir, bénéficiant d'une alimentation de qualité riche en céréales et oléoprotéagineux. C'est l'un des secrets de sa chair ferme, savoureuse, légèrement giboyeuse, délicatement colorée...

UNE VOLAILLE TRÈS *couvée*

La Pintade Fermière Label Rouge doit sa qualité irréprochable à ses éleveurs.

Ancrés dans les régions françaises, défendant leur IGP (Indication géographique protégée), ils sont soucieux d'une aviculture durable et traditionnelle. Et pour parfaire cette démarche d'exception, chaque étape de la production est contrôlée en interne, mais aussi de manière inopinée par un organisme certificateur indépendant agréé par les Pouvoirs Publics.



LA BELLE AU *label rouge*

Pour afficher le logo Label Rouge, la Pintade Fermière doit toujours être au top.

Si son élevage et sa production sont strictement contrôlés, elle doit aussi sans cesse faire la preuve de ses qualités organoleptiques. Celles-ci sont ainsi régulièrement vérifiées par des tests sensoriels. Goût, odeur, aspect, texture, flaveur... sont passés au crible pour garantir une qualité supérieure. Régal assuré !

UNE PINTADE QUI CULTIVE *la légèreté*

Certes, elle est irréprochable...

Et pourtant, la Pintade Fermière Label Rouge a su rester simple. Avec un prix oscillant entre 7 et 8 euros au kilo, elle coûte bien moins chère que de nombreuses autres viandes. De quoi alléger délicieusement son budget mais aussi ses apports caloriques !

Car la Pintade Fermière Label Rouge est particulièrement peu grasse avec 68 kcal au 100 g. Un atout complété par son excellent apport en protéines : 23,3 g pour 100 g.

LA PINTADE *fermière* LABEL ROUGE ?

**ELLE EST
DÉFINITIVEMENT
*irrésistible!***

Entière, rôtie, en cocotte ou cuisinée en morceaux, elle se marie avec de nombreuses saveurs.

On l'aime classique avec des pommes qui lui apportent une touche acidulée. Dans le même esprit, des canneberges vont la piquer au vif.

Les champignons l'accompagnent à merveille et elle est parfaite relevée d'épices dans un esprit oriental. Associée avec des poires ou des châtaignes, la voilà parée de douceur et toujours plus gourmande... Pas de doute, la Pintade Fermière Label Rouge inspire et donne envie de passer aux fourneaux et à table.

Plus d'idées recettes sur www.volaillelabelrouge.com



CUISSE DE PINTADE LABEL ROUGE



*aux cèpes et
aux figues*

***** Pour 6 personnes
⌚ Préparation : 15 min
👨‍🍳 Cuisson : 45 min

INGRÉDIENTS

6 cuisses de pintade
Label Rouge
1 kg de cèpes
9 figues

2 échalotes
10 cl de vin blanc sec
20 cl de fond de volaille
20 g de beurre
Huile d'olive ou
graisse de canard
Sel, poivre du moulin

PRÉPARATION

1. Nettoyez et coupez les cèpes en morceaux. Dans une grande cocotte, versez un peu d'huile d'olive ou de la graisse de canard. Lorsque l'huile est bien chaude, saisissez les cèpes en 2 ou 3 fois. Débarrassez dans une assiette et réservez.

2. Remettez un peu d'huile ou de graisse de canard dans la cocotte et faites revenir les cuisses de pintade légèrement salées. Lorsqu'elles sont bien dorées, sortez-les de la cocotte.

3. Ajoutez les échalotes épluchées et émincées, et faites revenir sans coloration 5 min. Versez le vin blanc et laissez l'alcool s'évaporer, puis ajoutez le fond de volaille et poivrez.

4. Remettez les cuisses de pintade dans la cocotte, couvrez et laissez cuire à feu doux 15 min en retournant à mi-parcours.

5. Pendant ce temps, faites fondre le beurre dans une poêle, puis ajoutez les figues lavées et coupées en quartiers. Faites revenir 5 minutes en retournant très délicatement à mi-cuisson.

6. Lorsque les cuisses de pintade sont cuites, ajoutez les cèpes dans la cocotte et laissez réchauffer 2 à 3 minutes. Rectifiez l'assaisonnement.

7. Répartissez les cuisses de pintade dans les assiettes, servez chaud arrosées d'un filet de sauce avec les cèpes et les figues.



⚡ Pour 6 personnes

🕒 Préparation : 15 min

👨‍🍳 Cuisson : 1 h 15

Repos: 15 minutes

INGRÉDIENTS

1 pintade Label Rouge

6 c. à soupe de miel

Le jus d'1 citron vert

1 gousse de vanille

1,2 kg de pommes grenailles

50 g de beurre

Huile de tournesol ou de maïs

Sel et poivre du moulin

PRÉPARATION

1. Préchauffez le four à 180°C.

2. Dans un bol, mélangez le miel, le jus de citron vert, du sel et du poivre. Fendez la gousse de vanille en deux et grattez les graines.

Ajoutez-les dans le bol et mélangez. A l'aide d'un pinceau, badigeonnez la pintade bridée avec la sauce au miel et à la vanille puis posez-la dans une cocotte sur le côté (sur l'aile).

3. Ajoutez ½ verre d'eau puis enfournez la cocotte pendant 20 min. Retournez la pintade sur l'autre côté, arrosez et laissez cuire à nouveau 20 min. Passez-la sur le dos, arrosez et enfournez 20 min.

4. Pendant ce temps, lavez les pommes grenailles et mettez-les dans une grande casserole. Couvrez d'eau froide, salez et portez à ébullition. Laissez cuire 10 minutes puis égouttez soigneusement.

PINTADE LABEL ROUGE

*au miel et
à la vanille*

5. Retournez et arrosez la pintade une dernière fois et faites cuire 15 minutes sur le ventre après avoir ajouté les pommes grenailles.

6. A la sortie du four, couvrez la cocotte en laissant juste un petit passage d'air et laissez reposer.

7. Servez la pintade avec les pommes grenailles et un trait de sauce au miel et à la vanille.



Portrait EXPRESS

Comme toutes les stars, la pintade est singulière. Originnaire d'Afrique, elle apparaît sur des fresques de l'Égypte antique. Elle était alors très appréciée des pharaons. Aujourd'hui, elle est principalement élevée en Europe et tout particulièrement en France, qui représente les trois quarts de la production européenne et s'impose comme le premier producteur de pintades dans le monde. Sa carrière internationale ne l'a pas empêchée de rester proche de l'état sauvage ce qui explique la saveur de sa chair très typée aux accents de gibier et son goût pour l'élevage en plein air imposé par le Label Rouge.



Plus d'informations sur
www.volaillelabelrouge.com

Idées de recette,
Vidéo sur le mode d'élevage fermier
Vidéo sur les bons gestes de découpe...

Contact presse : Agence Vianova

Veronique Delfau : veronique.delfau@vianova-rp.com / 01 53 32 28 33

Marion Effray : effray@vianova-rp.com / 01 53 32 28 46

Synalaf
Syndicat National
des Labels Avicoles de France



CIP

Comité Interprofessionnel de la Pintade