

# Cuisson des viandes, le conseil de Leader Bœuf

Pour une meilleure cuisson des viandes, sortez les du réfrigérateur environ 2 heures avant.

Une fois cuites, les viandes peuvent être réservées à température ambiante pendant environ la moitié de leur temps de cuisson.

| CUISSON des viandes AU FOUR  | Démarrer la cuisson à four chaud 200 ° | Démarrer la cuisson <u>sans</u> préchauffage | Cuisson à 150° | Cuisson à 180° | Arroser toutes les 15 min. | Retourner la viande à mi-cuisson |
|--|--|--|----------------|----------------|----------------------------|----------------------------------|
| Chapon et dinde (Moins de 2,5 kg - 5 à 7 pers - Plus de 2,5 kg - 7 à 9 pers) | 20 mn                                  |  | 2h40           |                | X                          | X                                |
| Cuissot de chevreuil (1,5 kg à 2 kg - 5 à 8 pers)                            | 20 mn                                  |  | 40 à 45 mn     |                |                            |                                  |
| Epaule d'agneau façon gigot (4 à 5 pers)                                     | 15 mn                                  |  |                | 1h00           | X                          | X                                |
| Epaule d'agneau roulée (4 à 5 pers)  | 15 mn                                  |  |                | 1h00           | X                          | X                                |
| Gigot (2,5 à 3 kg - 8 à 10 pers)   | 20 mn                                  |  | 1h00           |                | X                          | X                                |
| Gigot raccourci (jusqu'à 6 pers)   | 20 mn                                  |  | 40 mn          |                |                            | X                                |
| Oie (2,3 kg / 2,8 kg - 6 pers)   | 20 mn                                  |  | 2h40           |                | X                          | X                                |
| Pintade (1 kg - 4 pers)  |  | X  |                | 1H00           |                            | X                                |
| Pintade chaponnais (800 gr à 900 gr - 4 à 6 pers)                            | 20 mn                                  |  | 45 mn          |                | X                          | X                                |
| Poularde (1,5 kg /2 kg - 4 à 6 pers)   | 20 mn                                  |  | 1h40           |                | X                          | X                                |
| Poulet de ferme 120 jours d'élevage  |  | X  |                | 1H40           |                            | X                                |
| Poulet fermier label rouge   |  | X  |                | 1H15           |                            | X                                |
| Rosbif (selon le diamètre)   | 20 à 35 mn                             |  |                |                |                            |                                  |
| Rôti de biche  | 30 à 40 mn                             |  |                |                |                            |                                  |
| Rôti de canard au piment d'espelette (800 gr à 900 gr - 4 pers)              |  | X  |                | 45 mn          |                            |                                  |
| Rôti de veau   |  | X  |                | 1H15           |                            |                                  |

| CUISSON des viandes EN COCOTTE              | Temps de cuisson après ébullition |
|---|-----------------------------------|
| Coq entier (8 à 10 pers)                    | 2h15                              |
| Poule                                       | 2h00                              |
| Sauté de biche ou sanglier                  | 2h00                              |
| Volailles farcies (1 à 1,8 kg - 5 à 8 pers) | 1h15                              |
| Rôti de sanglier                            | 1h30                              |



[www.leader-boeuf.com](http://www.leader-boeuf.com)

Orléans St Marceau : 02 38 51 38 48 - Chécy : 02 38 75 07 84 - Olivet la Source : 02 18 88 98 49