|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| VOLAILLES | TEMPERATURE | TEMPS DE CUISSION | TYPE DE Cuisson | TEMPERATURE INTERNE | INDICATIONS |  |  |
| **LE POULET** |  |  |  |  |  |  |  |
| Rôti (farci ou non) 1,5kg | 180°C/350°k | 2h20 ou 45min par livre |  | 84°c/183°F | Arroser souvent le poulet pendant la cuisson pour que la chaire ne sèche pas. |  |  |
| Pour un poulet plus gros | 210°c/410°c | 30 min/livre |  |  |
| 1/2 poulet | puissance moyenne | 15 à 18 min | Au micro-ondes | 75°C/167°F | Retourner le poulet en milieu de cuisson, attention ne pas mettre le thermomètre à viande au MO |  |  |
| 1/4 de poulet | 12 à 15 min |  |  |
| Poulet Poché |  |  | •Poulet entier: •Poulet en morceaux: | 84°C/183°F ---------------- 75°C/167°F | Déposer le poulet dans un liquide froid et assaisonné (bouillon de légume ou volaille) Amener doucement au point d'ébullition sans faire bouillir, et laisser ainsi jusqu'à cuisson complète. |  |  |
| Poulet Mijoté | Feu vif pour saisir puis baisser à feu moyen |  |  |  | Pour un meilleur résultat faire mariner pendant au moins 1h avant a cuisson. Cuire en moreaux dans une sauteuse, un wok ou une sauteuse, dans un bouillon, une sauce, de la crème fraiche, avec ou sans légumes. Laisser mijoter. |  |  |
| **LE CANARD** |  |  |  |  |  |  |  |
| Rôti entier | 160°c/320°F | 20 à 25 min par livre |  | 82°C/180°F |  |  |  |
| Rôti en morceaux | 77°C/170°F |  |  |
| **DINDON** |  |  |  |  |  |  |  |
| Rôti entier farci 3,5kg | 160°c/320°F | 3h15 |  | 82°C/180°F |  |  |  |
| Rôti entier non farci | 2h45 |  |  |
| Didon rôti en monceaux |  | 77°C/170°F |  |  |
| **LA PINTADE** |  |  |  |  |  |  |  |
| Rôtie, entière. (entre 500g et 1Kg) | 200°C/392°F | 20 min puis 30 min |  | 82°c/180°F | Salez, poivrez l'intérieur, mettre dans un plat allant au four, badigeonner d'huile d'olive. Cuire 20 min Au bout de ce temps, répartissez autour de la pintade un bouquet garni (thym, laurier, persil), des gousses d'ail écrasées, 1 gros oignon épluché et émincé, des clous de girofle. Saupoudrez de cannelle (une pincée, facultatif). Poursuivez la cuisson pendant 30 minutes en arrosant souvent. |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |