



QUELQUES REPERES POUR VOS ENVIES ... LES CONSEILS DE NOS BOUCHERS !

LES CHARCUTERIES

Raclette : 150 gr de charcuterie par personne (jambon, rosette, bacon, grison, coppa)

Choucroute (pour 4 personnes) : 350 gr de lard fumé, 4 saucisses de Strasbourg

Potée auvergnate (4 personnes) : 2 saucisses à cuire, 100 gr couenne de porc



LE BŒUF

Bœuf braisé, bœuf sauté (6 personnes) : 1 morceau de paleron ou 1 kg de bourguignon, 1 tranche de lard coupée en dés

Pot-au-Feu (6 personnes) : 1 kg de bœuf à pot-au-feu, 1 os à moelle par personne

Ragoût (4 personnes) : 1 kg de bœuf à braiser

Bœuf bourguignon (6 personnes) : 1,5 kg de bœuf bourguignon, 200 gr de lardons



LE VEAU

Sauté de veau (6 personnes) : 1,5 kg d'épaule de veau

Blanquette (4 personnes) : 1 kg de blanquette de veau

Ragoût / Marengo (6 personnes) : 1 kg de veau

Ossobucco (4 personnes) : 4 tranches de jarret de veau (environ 200 gr chacune)



L'AGNEAU – MOUTON

Gigot (6 personnes) : 1 gigot d'agneau, graisse d'oie ou de canard

Sauté (6 personnes) : 1.5 kg épaule de veau

Souris d'agneau (4 personnes) : 1 souris d'agneau

Tajine (3 personnes) : 2 morceaux de selle d'agneau



LE PORC

Sauté de porc (4 personnes) : 1 kg de sauté de porc

Filet mignon (4 personnes) : 1 filet mignon de porc entre 600 et 700 gr



LA VOLAILLE

Sauté, Emincé de volaille (4 personnes) : 600 gr de filets de poulet

Poulet rôti (4 personnes) : 1 poulet 1,2 kg environ

Pintade rôtie (4 personnes) : 1 pintade 1,5 kg environ

