

# Tripes

## DE FOOD

### EN PLEIN HIVER !



Très appréciés pour leurs qualités nutritionnelles et gustatives, les Produits Tripiers se savourent en toutes saisons. Véritables sources de protéines, peu caloriques et faibles en lipides, ils sont les parfaits alliés pour affronter l'hiver, avec équilibre, tout en s'ouvrant à de nouveaux horizons gourmands...

**DÉCOUVREZ NOS INFOS ET RECETTES DE SAISON POUR OSER MANGER OSÉ AVEC LES PRODUITS TRIPIERS !**

## À VOS LISTES DE COURSES !

Ce qu'il y a de bien avec les Produits Tripiers, c'est qu'ils peuvent se congeler pour « cooking'triper », même quand on n'a pas le cœur à sortir... Tripes, joue, langue, pieds, queue ou tête, ces morceaux de choix sont au top pour préparer les plats de la semaine de toute la famille, en mode batchcooking, et tout réserver au congélateur pour ressortir ses recettes selon l'envie du moment !

## LES PRODUITS TRIPIERS, UNE SOLUTION GOURMANDE POUR FAIRE LE PLEIN DE VITAMINES !

Les Produits Tripiers offrent un large éventail de qualités nutritionnelles et gustatives ! Riches en protéines de bonne qualité, ils en contiennent 20 % en moyenne. Les plus consommés affichent une teneur en lipides inférieure à 5 %. Ils apportent aussi du fer et certains en sont même particulièrement riches comme le foie, le cœur ou les rognons. Ils sont aussi truffés de vitamines : beaucoup de B3, de la B6 pour favoriser le fonctionnement du système nerveux, et surtout ils sont riches en B12, antianémique, pour contribuer entre autres, à la bonne formation des globules rouges.

## OÙ TROUVER DE BONS PRODUITS TRIPIERS ?

Au rayon « Produits Tripiers » de la grande distribution ! Avec une famille à nourrir, ce rayon est parfait car il réserve toujours des morceaux différents et à prix accessibles.

Et vous pouvez aussi prendre le temps d'aller à la rencontre des artisans tripiers et bouchers ! Plus que jamais, en ce début d'année 2021, donnons du sens à nos achats en poussant la porte des 200 points de vente spécialisés en Produits Tripiers et des 18 000 artisans bouchers du territoire français. Ces professionnels sauront, sans aucun doute, répondre à toutes les envies gourmandes de saison !



Préparation :  
**25 MIN**



Cuisson :  
**2 H**



Mode de cuisson :  
**AU FOUR**

## INGRÉDIENTS

*pour 4 personnes*

- 1 kg de joue de boeuf
- 75 cl de bière brune
- 3 oignons
- 1 c.à.s de cassonade
- 2 c.à.s de farine rase
- 2 tranches de pain d'épices
- 1 kg de carottes
- 1 bâtonnet de cannelle ou 1 c.à.c de cannelle en poudre
- 1 c.à.s de cumin en poudre
- 1 bouquet de coriandre
- Huile d'olive
- Sel et poivre du moulin

# CARBONADÉ DE JOUE DE BOEUF, CAROTTES AU CUMIN

- Préchauffer le four à 180°C (th 6).
- Emincer deux oignons.
- Dans une cocotte, faire revenir le bœuf avec un peu d'huile en le colorant sur toutes les faces.
- Ajouter les oignons et cuire pendant 5 minutes jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides.
- Ajouter la cassonade, la cannelle, le pain d'épices et la farine, mélanger.
- Déglacer avec la bière, saler puis couvrir et enfourner pendant 1h30.
- Peler puis laver les carottes avant de les tailler en rondelles.
- Les cuire à la vapeur ou dans une casserole d'eau salée pendant une quinzaine de minutes, égoutter.
- Dans une poêle, déposer un filet d'huile d'olive, ajouter le cumin, puis les carottes, saler, poivrer et parsemer de coriandre ciselée.
- A l'issue de la cuisson, servir la joue accompagnée des carottes au cumin.



Préparation :  
**30 MIN**



Cuisson :  
**40 MIN**



Mode de cuisson :  
**AU FOUR**

## INGRÉDIENTS

*pour 4 personnes*

- 4 tranches de foie de génisse
- 1 courge butternut
- 3 oignons
- 4 gousses d'ail
- 1/2 bouquet de persil
- 10 cl de cidre fermier
- 10 cl de fond de veau
- 1 c.à.s de curcuma
- Quelques feuilles de sauge
- 20 g de beurre
- Huile d'olive
- Sel et poivre du moulin

## FOIE DE GÉNISSE, BUTTERNUT RÔTIE

- Préchauffer le four à 200°C (th7)
- Peler la butternut et l'évider.
- La découper en lamelles puis disposer sur une plaque de cuisson.
- Saupoudrer de curcuma, saler, poivrer puis arroser d'huile d'olive.
- Ajouter quelques feuilles de sauge avant d'enfourner pendant 30 minutes.
- Peler puis émincer finement les oignons, réserver.
- Hacher le persil et réserver.
- Dans une grande poêle, faire revenir les oignons dans un peu d'huile d'olive à feu modéré en mélangeant régulièrement.
- Saler et poivrer.
- Ajouter le cidre puis le fond de veau et l'ail en chemise écrasée.
- Laisser mijoter à feu doux 2 à 3 minutes puis ajouter le persil haché.
- Pendant ce temps, dans une autre poêle, cuire les foies 2 minutes de chaque côté avec un filet d'huile d'olive et du beurre.
- Saler et poivrer.
- Servir sans attendre.



Préparation :  
**30 MIN**



Cuisson :  
**40 MIN**



Mode de cuisson :  
**AU FOUR**

## INGRÉDIENTS

*pour 4 personnes*

- 600 g de rognons d'agneau
- 3 oignons nouveaux ou cébette
- 2 gousses d'ail
- 2 œufs
- 2 c.à.s d'huile d'olive
- 2 tranches de pain de mie ou pain rassis
- 5 cl de lait
- 1 c.à.s de crème fraîche
- Quelques branches d'estragon
- 250 g de champignons (pleurotes ou champignons de Paris)
- 15 cl de bouillon de volaille
- 15 cl de crème fraîche
- 1 échalote
- ½ bouquet de persil
- Sel et poivre du moulin

# TERRINE DE ROGNONS D'AGNEAU À L'ESTRAGON, SAUCE FORESTIÈRE

- Préchauffer le four à 180°C (th 6).
- Faire tremper les tranches de pain dans le lait tiède.
- Faire bouillir les rognons une quinzaine de minutes dans une casserole d'eau bouillante salée.
- Les égoutter puis les mixer avec le pain égoutté.
- Ajouter, les œufs, la crème, l'ail et les oignons, l'estragon, du sel et du poivre.
- Verser le mélange dans une terrine puis enfourner pendant 40 minutes.
- Pendant ce temps, laver les champignons, couper l'extrémité du pied si nécessaire puis les émincer.
- Peler puis ciseler l'échalote, la faire revenir dans une sauteuse avec un filet d'huile d'olive.
- Ajouter les champignons, cuire jusqu'à évaporation de l'eau de végétation puis ajouter le bouillon de volaille, saler, poivrer.
- Ajouter la crème et mixer jusqu'à l'obtention d'une sauce onctueuse.
- Ajouter le persil et rectifier l'assaisonnement.
- Servir la terrine froide ou tiède avec la sauce chaude.

## LE MOT DE LA FAIM !

**SOYEUX !** On parie que c'est le mot qui vous viendra en bouche à la dégustation de cette délicieuse recette de carbonade de joue de bœuf ?

### OSER MANGER OSÉ AVEC LE BŒUF !

Avec leur goût prononcé, les Produits Tripiers de bœuf se composent pour la plupart de morceaux plutôt denses et charnus ! Idéal pour rassasier toute la famille !

### CULTURE FOOD !

Saviez-vous que l'on parle de « quartiers de noblesse » pour désigner les Produits Tripiers ? Cette expression fait référence à leur raffinement, alors pourquoi se priver et ne pas les servir pour de grandes occasions gourmandes ?

### LE CHIFFRE DE SAISON !

**38%**

DES MÉNAGES FRANÇAIS  
ACHÈTENT RÉGULIÈREMENT  
DES PRODUITS TRIPIERS !

Sources : Kantarworldpanel au 30/11/2020

Pour toujours plus de Produits Tripiers, rendez-vous sur

**PRODUITSTRIPIERS.COM**

et sur les réseaux sociaux pour retrouver bonnes recettes et bonnes adresses !



#FoodDeTripes

CONTACT PRESSE : GULFSTREAM COMMUNICATION

Laura Gayoux – lgayoux@gs-com.fr – 01 72 00 24 47

Mélissa Ouakrat – mouakrat@gs-com.fr – 01 72 00 24 43

