

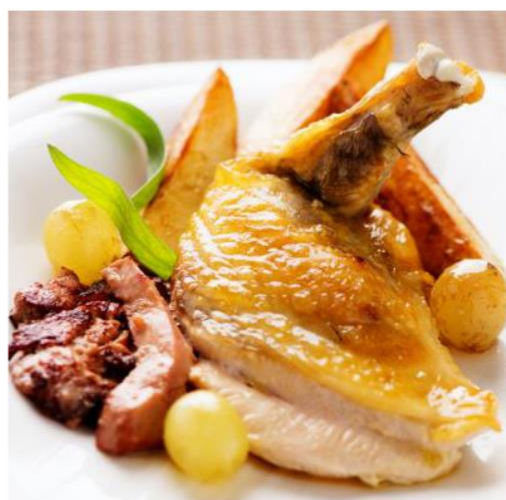
La Pintade au restaurant : la petite volaille française, au goût unique, pour des repas antigaspi !

Alors que de nombreux coûts sont à la hausse pour les restaurateurs, il existe une petite volaille, au goût incomparable, qui a tous les atouts pour figurer en bonne place à leur carte pour les fêtes : la pintade !

Facile à cuisiner, elle permet une offre différenciée et **économique**, à la fois grâce à des calibres et des conditionnements adaptés aux des besoins des Chefs. Proposée en **morceaux**, elle ne génère aucun déchet dans l'assiette et, comme sa viande contient peu de matières grasses et très peu d'eau, elle offre d'excellents **rendements** après cuisson : jusqu'à 90 % pour les aiguillettes et 75 % pour le suprême. Un véritable avantage tant en termes de coûts que dans la facilité de mise en œuvre pour les restaurateurs.

Véritable alliée antigaspi, la pintade a également bien d'autres avantages : elle est **simple à travailler**, **légère** et son **goût unique** en son genre est très **apprécié** : 72% des consommateurs de pintades déclarent même l'offre insuffisante au restaurant !¹.

De plus, c'est une volaille typique du **patrimoine gastronomique français**, élevée **localement** sur le territoire : la France assure à elle seule près de 90% de l'approvisionnement européen !



¹ Enquête quantitative menée en 2018 pour le CIP par le Cabinet Vallemayre auprès de 1 800 consommateurs de pintades en GMS.

Entre gibier et volaille : des saveurs singulières à cuisiner selon ses envies !

Goûteuse et savoureuse, à mi-chemin entre la saveur subtile des gibiers et des autres volailles, la pintade a la chair tendre et délicate. Elle se décline au gré de toutes les envies et s'accompagne aussi bien de légumes, de fruits, de céréales ou de légumineuses : Quelle que soit la saison, c'est facile !

Parole de Chef !



Le Chef étoilé Nicolas Conraux (Restaurant La Butte, à Plouider dans le Finistère) souligne : « *La pintade est une volaille facile à préparer, polyvalente et qui se cuisine de manières très différentes. C'est une volaille tendre, juteuse, qui a du goût et très intéressante d'un point de vue nutritionnel. La pintade est l'une des viandes les plus légères qui soient. Particulièrement riche en protéines, elle est surtout équilibrée en bons acides gras.* »

© Phileas / Photo : Hugo Gayrard
a

La pintade se cuisine à toutes sauces !

La pintade se présente sous de nombreuses formes : entière ou à la découpe, en frais, sous vide ou en surgelé, mais aussi sous plusieurs signes de qualité : certifiée, Label Rouge ou bio. Elle se travaille aussi facilement que le poulet et se prête à de multiples cuissons : traditionnelle, à la vapeur, au wok, en papillotes, à la plancha, en poêlées et au four bien-sûr !... De plus sa chair tendre et juteuse et ses subtiles saveurs entre gibier et volaille se marient aussi bien avec des ingrédients sucrés que salés : de quoi permettre aux chefs d'exprimer pleinement leur créativité !

La pintade offre la possibilité aux restaurateurs d'animer leur carte et de régaler leurs clients avec un produit qui sort de l'ordinaire, tout en s'adaptant à une cuisine de tous les jours et aux besoins des chefs.



La pintade : l'équilibre nutritionnel au menu

Aujourd'hui plus que jamais, les consommateurs cherchent à se faire plaisir tout en étant conscients qu'une bonne partie de leur santé passe par l'assiette. Et ça tombe bien, car, côté nutrition, la pintade est loin d'être en reste ! Il s'agit en effet de l'une des viandes blanches les plus maigres. Avec en moyenne 110 à 120 Kcal pour 100g, l'apport calorique de la pintade se situe au même niveau que celui du poisson ou des œufs. Et ce n'est pas tout !

Non seulement la viande de pintade contient du fer en quantité intéressante, mais elle est aussi riche en protéines et en vitamines du groupe B, ce qui en fait un plat aux qualités nutritionnelles hors pair, adapté à tous les âges et à tous les régimes.

La pintade est en effet un condensé de bonnes choses qui répond aux demandes actuelles des amateurs de viande. De quoi leur faire plaisir avec ce produit singulier, entier ou prêt à l'emploi, qui se décline facilement pour tous les goûts et pour toutes les occasions !

Une production durable, respectueuse et 100% locale

La qualité d'un aliment est aujourd'hui aussi totalement liée dans l'esprit du consommateur à son mode de production. Le bien-être animal et la prise en compte des enjeux environnementaux dans les conditions d'élevage sont des éléments cruciaux de réassurance et sont la garantie d'un vrai plaisir dans l'assiette. Et ça tombe bien pour la pintade qui a plus d'un argument à faire valoir dans ce domaine !

Ancrée dans notre patrimoine gastronomique, l'élevage de la pintade est une spécificité vraiment Européenne : dans le monde, seules la France, l'Italie et la Pologne en produisent régulièrement et la France assure à elle seule près de 90% de l'approvisionnement intra-européen en Pintade. Cette filière de production participe au maintien d'une agriculture locale qui s'adapte au comportement naturel de cette volaille à l'instinct grégaire aimant se percher tout en contribuant à la biodiversité.

Un savoir-faire local donc, pour un produit local. Un circuit-court vertueux que les consommateurs d'aujourd'hui plébiscitent de plus en plus et cherchent à soutenir.



À propos du CIP

Créé en 1997, le **Comité Interprofessionnel de la Pintade** (CIP) est le comité de la pintade française. Le CIP est membre de l'interprofession nationale des volailles de chair (ANVOL), reconnue par les pouvoirs publics. Le CIP regroupe 1 000 éleveurs, 30 abattoirs, les accouveurs et les sélectionneurs, les fabricants d'aliments et la distribution alimentaire (Grandes surfaces alimentaires et Intermédiaires de commerces). Son principal objectif est de (re) dynamiser la filière française de la pintade et de veiller à la qualité du produit tout en développant « le goût du bon ».

