

Le chevreau primeur est une viande **maigre**, **tendre** et **savoureuse** qui répond aux besoins des consommateurs soucieux de leur santé et aux préférences culturelles d'une population croissante de néo-Canadiens...



Choisissez le CHEVREAU...

Surveillez son arrivée chez votre épicier local ou visitez le

www.canadianmeatgoat.com

pour trouver un producteur dans votre région.

Joignez l'ACCB dès aujourd'hui!

- ~ Devenez membre de la communauté nationale des éleveurs et des producteurs de chèvres de boucherie.
- ~ Soyez inscrit sur notre annuaire annuel des membres dans la Revue canadienne de la chèvre de boucherie et sur le site Internet.
- ~ Ayez de l'influence sur les décisions qui affectent votre industrie et votre avenir.
- ~ Recevez notre publication trimestrielle, La Revue canadienne de la chèvre de boucherie, qui fournit des renseignements concernant la régie, des articles et de l'information essentielle sur les programmes et les événements touchant l'industrie de la chèvre.
- ~ Profitez de 50 % de rabais sur les coûts d'enregistrement des animaux (par rapport aux non-membres) et des tarifs de publicité pour les membres dans La Revue.

Contactez le bureau de l'ACCB pour plus de renseignements : info@canadianmeatgoat.com



www.canadianmeatgoat.com

C.P. 61, Annaheim, SK S0K 0G0

Tél (306) 598-4322 • Téléc (306) 598-8901



Agriculture et Agroalimentaire Canada

Agriculture and Agri-Food Canada

Canada

C'est avec plaisir qu'Agriculture et Agroalimentaire Canada (AAC) participe à la production de cette publication. Avec nos partenaires du secteur nous nous engageons à sensibiliser davantage les Canadiens et Canadiennes à l'importance de l'agriculture et l'industrie agroalimentaire au pays. Les opinions exprimées dans cette publication sont celles de l'association canadienne de la chèvre de boucherie et non pas nécessairement celles d'AAC. Agriculture and Agri-Food Canada (AFC) is pleased to participate in the production of this publication. AFC is committed to working with our industry partners to increase public awareness of the importance of the agriculture and agri-food industry to Canada. Opinions expressed in this document are those of the Canadian Meat Goat Association and not necessarily AFC's.



Le chevreau...

une viande
rouge
de choix
pour la
santé



Le chevreau

... la viande rouge la plus consommée au monde.

... une viande maigre, tendre et savoureuse qui répond aux besoins des consommateurs soucieux de leur santé.

... est de 50 à 65 % moins gras que le bœuf de même coupe et de 22 à 29 % moins gras que l'agneau.

... contient 40 % moins de gras saturés que le poulet (sans peau) et bien moins que le bœuf, le porc et l'agneau. Les chèvres n'accumulent pas les lipides de la même manière que les bovins et les ovins; la viande n'est pas persillée, de sorte que le gras peut facilement être retiré de la viande.



Manutention et entreposage

Le chevreau doit être manipulé et entreposé comme tout autre type de viande; toute viande crue doit être entreposée à 4 degrés Celsius ou moins.

Le chevreau frais doit être réfrigéré dès l'arrivée à la maison et utilisé dans les 3 à 5 jours suivants.

Pour une qualité optimale, les coupes hachées fraîches (viande à hamburger ou à mijoter) devraient être utilisées dans les 2 jours suivant l'achat. Les plus grosses coupes devraient être utilisées au cours des 3 à 5 jours suivant l'achat.

Le chevreau haché ou coupé conservera toute sa qualité au congélateur pour une période de quatre mois. Les plus grosses coupes, côtelettes, steaks, gigots ou longe conserveront toutes leurs qualités jusqu'à six à neuf mois.

100 g cuit	Calories (Kcal)	Gras (g)	Gras saturés (g)	Cholestérol (mg)	Protéines (g)
Chevreau	143	3,03	0,93	75	27,10
Bœuf	208	11,07	4,07	84	26,05
Agneau	290	21,12	9,08	93	23,27
Poulet	165	3,57	1,01	85	31,00
Porc	252	14,28	5,25	96	28,88
Bison	143	2,42	0,91	82	28,40
Venaison	191	3,93	1,95	113	36,28

Source: 2004 USDA National Nutrient Database for Standard Reference

Préparation

Une préparation adéquate du chevreau produira une viande tendre et savoureuse. En raison de son faible contenu en gras, le chevreau peut rapidement perdre son humidité et devenir coriace s'il est cuit à chaleur sèche et élevée; il est donc préférable, en général, de le cuire à basse température.

- Les coupes tendres, telles que gigots, côtes et longe peuvent supporter le rôtissage, le grillage ou la friture.
- Les coupes moins tendres comme la viande à mijoter et les jarrets doivent être braisées ou mijotées.

Pour plus de sécurité, le chevreau haché doit être cuit jusqu'à 160°F (71°C) ou jusqu'à ce que les jus soient clairs, exempts de couleur rosée ou de turbidité. Les rôtis, les steaks et les côtelettes peuvent être cuits jusqu'à cuisson médium-saignante (145°F ou 63°C), médium (160°F ou 71°C) ou bien cuite (170°F ou 77°C).

Le chevreau se prête à toutes les recettes de côtelettes, de gigot, d'épaule, de rôti, de carrés et de kébabs.



Communiquez avec le bureau de l'ACCB pour obtenir des recettes de chevreau gratuites.