< retour

Boucherie

Quasi de veau

Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]
TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :

Type : Veau

Le quasi de veau est un morceau situé sur la croupe de l'animal, qui correspond au rumsteck chez le bœuf. Il fournit une viande maigre, de digestion facile, plus riche en protides et moins riches en graisses que l'aloyau de bœuf.

Le quasi est notamment conseillé aux enfants, aux convalescents, personnes âgées et à

tous ceux qui observent un régime amaigrissant.

VARIÉTÉS

Comparativement au très jeune veau d'autrefois, le veau de lait lourd et le veau de grain permettent aujourd'hui au consommateur de bénéficier de pièces de viande plus charnue et de coupes plus diversifiées à prix avantageux.

Le veau de lait lourd : Le veau de lait lourd est élevé en logette intérieure individuelle et nourri presque exclusivement au lait. La faible teneur en fer de cet aliment permet à la chair du veau de lait lourd de conserver une teinte rose pâle, presque blanche. Il est abattu à l'âge de 4 à 5 mois et sa carcasse pèse alors environ 135 kg. La chair du veau de lait lourd est plus formée que celle du veau très jeune, mais elle demeure très tendre et délicate.

Le veau de grain : Le veau de grain est nourri au lait jusqu'à l'âge de 6 à 8 semaines. De sa logette intérieure individuelle, le veau est alors amené dans un parquet d'engraissement et soumis à une alimentation à base de grains jusqu'à l'âge de 5 à 5 0 mois. Il est alors abattu. Sa carcasse a un poids d'environ 155 kg. La teneur en fer plus élevée de son alimentation confère à la chair du veau de grain une couleur plus rosée que celle du veau de lait lourd; elle a également une saveur un peu plus prononcée et est légèrement moins tendre.

COMMENT CHOISIR ?

Le quasi est un morceau charnu, tendre et moelleux, pratiquement sans déchets. La couleur de la chair doit être de blanche à rose très pâle pour les veaux de lait et d'un rose plus soutenu pour les animaux ayant déjà brouté.

QUE FAIRE AVEC ?

Le veau peut être apprêté de multiples façons, notamment en escalope ou en grenadin poêlés, en sauté, en rôti, en paupiette et en blanquette. Il entre dans la préparation du veau Marengo (au vin blanc, à la tomate et à l'ail). Il se marie particulièrement bien avec la crème, le fromage, les fines herbes (thym, estragon, romarin, sauge, basilic et autres), les champignons, l'aubergine, les épinards, l'oignon, l'ail, la tomate, les pommes, les agrumes et l'alcool (vin, calvados, madère, cognac et autres). Ses abats sont très recherchés pour leur délicatesse.

COMMENT PRÉPARER ?

Les morceaux de veau provenant des côtes, de la longe (dos) et de la surlonge, tendres, sont excellents rôtis, grillés ou poêlés. Ceux provenant du cuisseau, mi-tendres, se cuisent également à chaleur sèche, surtout s'ils ont été marinés ou attendris au maillet ou avec le manche d'un couteau. La cuisson du veau exige certaines précautions car sa chair étant

maigre, elle s’assèche et durcit facilement. Il convient donc de le barder ou de l’enduire de gras, de le cuire à température plutôt douce (140 à 150 °C) (285 à 300 °F), de l’arroser de temps en temps et d’éviter la surcuisson. Le veau est meilleur lorsqu’il est encore légèrement rosé.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Le veau se conserve 2 à 3 jours dans son emballage au réfrigérateur. Au congélateur, la viande de veau peut se conserver 6 à 9 mois à -18°C. Le temps de décongélation au réfrigérateur est de 5 à 6 heures pour les petites pièces et de 12 heures pour les grosses.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

La valeur nutritive du veau est liée à l’âge, à l’alimentation et aux conditions de vie de l’animal. D’une façon générale, la viande de veau fournit moins de gras et de calories, mais un peu plus de cholestérol que celle du bœuf, du porc ou de l’agneau. La chair du veau de grain contient plus de fer que celle du veau de lait lourd, ce qui explique sa teinte plus rosée.

calories	protéines	lipide	magnesium	calcium
152 kcal	19,07 g	7,81 g	24,00 mg	11,00 mg

sodium	acides gras saturés	cholestérol	phosphore	cuivre
76,00 mg	3,35 g	78,00 mg	209,00 mg	0,11 mg

zinc	fer	manganèse	vitamin B1	vitamin B2
2,55 mg	0,78 mg	0,03 mg	0,08 mg	0,30 mg

vitamin B3
8,44 mg

Afficher plus

* Source de données : AFSSA

HISTOIRE

Le veau était apprécié au temps des Romains et a maintenu depuis sa popularité auprès des

Italiens; il entre d'ailleurs aujourd'hui dans de nombreuses préparations. Manger du veau était autrefois un symbole de richesse, car seuls les plus fortunés pouvaient se permettre de tuer des bêtes peu fournies en chair. On le réservait pour les fêtes, comme en témoignent les écrits relatant le retour de l'enfant prodigue, marqué d'un veau gras. Dans certaines régions de France, dont la Normandie, on terminait autrefois l'élevage du veau en lui donnant jusqu'à 10 œufs par jour. Le jaune lui colorant la bouche, on disait alors qu'il avait un «palais royal». On pouvait aussi le nourrir de biscuits trempés dans du lait afin que sa viande soit la plus blanche possible. Jusqu'à il y a une vingtaine d'années, le veau disponible sur le marché était un animal très jeune (abattu à l'âge de 2 ou 3 semaines) ou, au contraire, un gros veau qui, après avoir brouté dans les champs, était tué l'automne venu. Le premier présentait une chair flasque, presque gélatineuse et peu savoureuse, alors que le second (nommé broutard) offrait une viande beaucoup plus foncée (très rouge) et peu tendre. Depuis, des producteurs se sont spécialisés dans l'élevage du veau et aujourd'hui, on retrouve très peu de ces animaux sur le marché.

Quasi de veau en cocotte aux herbes aromatiques [3]

En savoir plus [3]

Osso bucco revisité [4]

En savoir plus [4]

Quasi de veau, gnocchi à la sauge et légumes oubliés [5]

En savoir plus [5]

Quasi de veau sauce au thon, roquette et parmesan [6]

En savoir plus [6]

Brochettes de veau à la créole [7]

En savoir plus [7]

Liens

[1] https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15589

[2] https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15589

[3] https://www.qooq.com/recipes/quasi-de-veau-en-cocotte-aux-herbes-aromatiques

[4] https://www.qooq.com/recipes/osso-bucco-revisite

[5] https://www.qooq.com/recipes/quasi-de-veau-gnocchi-la-sauge-et-legumes-oublies

[6] https://www.qooq.com/recipes/quasi-de-veau-sauce-au-thon-roquette-et-parmesan

[7] https://www.qooq.com/recipes/brochettes-de-veau-la-creole