



< retour

Volaille

# Palombe(s)

Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

## CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :

jan fév mar avr mai jui jui aoû sep oct nov  
déc

Type : Viandes exotiques et gibiers

Poids moyen : 350g

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

calories	protéines	lipide	magnesium	calcium
213 kcal	23,90 g	13,00 g	26,00 mg	17,00 mg
sodium	acides gras saturés	cholestérol	phosphore	civre
57,00 mg	3,74 g	116,00 mg	332,00 mg	0,76 mg
zinc	fer	vitamin A	vitamin B1	vitamin B2
3,83 mg	5,91 mg	28,00 µg	0,28 mg	0,35 mg
vitamin B3				

7,60  
mg

[Afficher plus](#)

\* Source de données : AFSSA

## Palombe aux cèpes [3]

[En savoir plus \[3\]](#)

---

### Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16254>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16254>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/palombe-aux-cepes>