



< retour

Crémèrie

Crème aigre



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 : Lait

La crème aigre, ou crème sure au Québec, est un produit laitier riche en graisses obtenu par la fermentation de la crème avec certaines bactéries produisant de l'acide lactique.

Vous pouvez facilement faire votre propre crème aigre, en mélangeant à la crème fraîche quelques gouttes de jus de citron.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories	protéines	glucide	lipide	magnesium
188 kcal	3,09 g	4,27 g	18,00 g	10,67 mg
calcium	sodium	acides gras saturés	cholestérol	phosphore
112,04 mg	48,71 mg	11,21 g	42,02 mg	88,30 mg
sucre	cuivre	zinc	fer	vitamin A
0,16 g	0,02 mg	0,35 mg	0,06 mg	149,62 µg
vitamin B1				
0,04 mg				

[Afficher plus](#)

* Source de données : AFSSA

Sauce poivrée au parmesan [3]

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

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16379>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16379>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/sauce-poivree-au-parmesan>