

# Le Cheval

⑥ Grillé



⑥ Rôti



⑥ Poêlé



UN CHOIX DE MORCEAUX  
TENDRES ET SAVOUREUX



⑥ Cru



⑥ Braisé



⑥ Bouilli

# Le Cheval



1



2



23 24 25 26 27 28



22



3



4



21



5



6



7



8



9



10



11



12



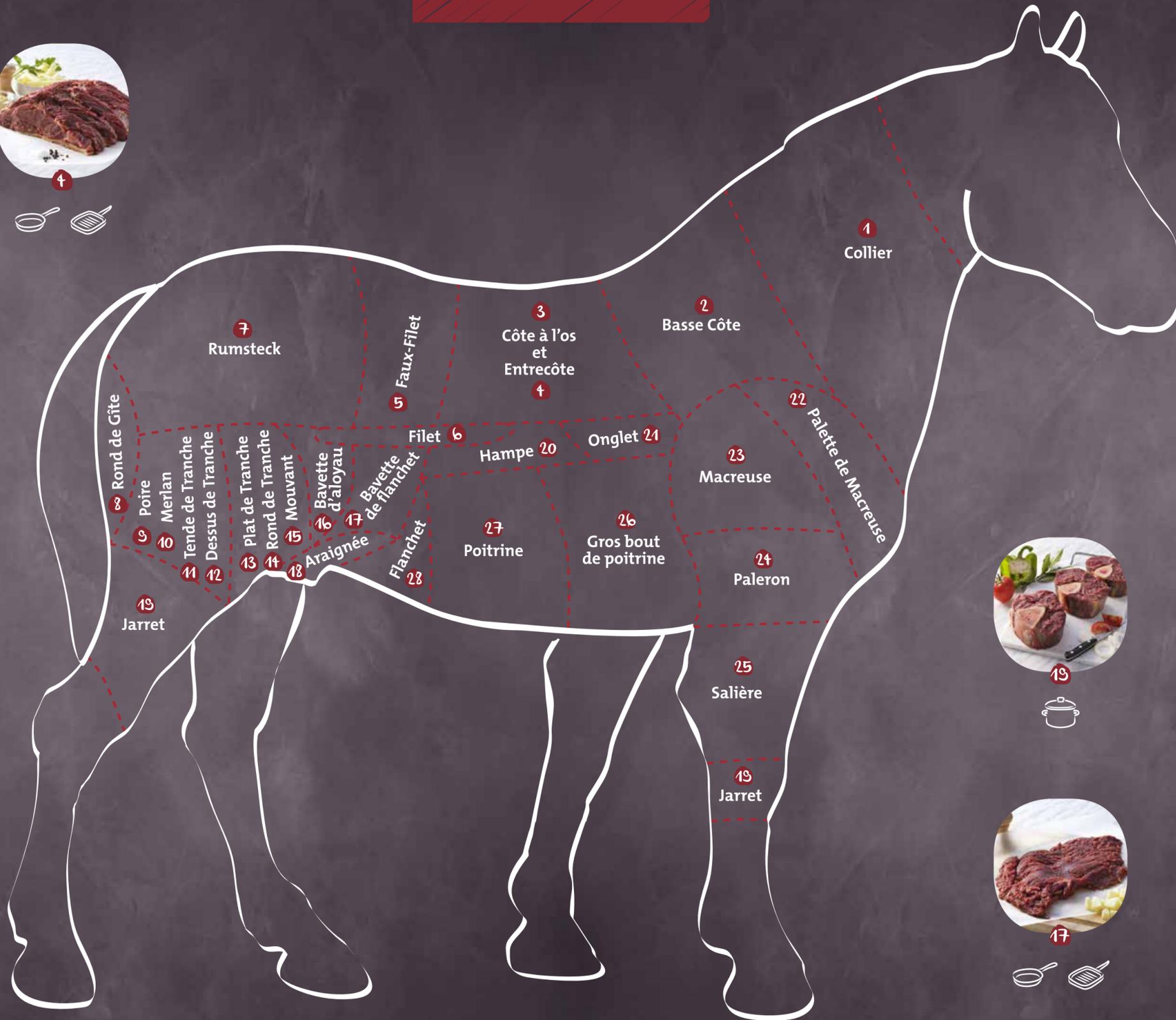
13



14



15



19



18



17



16



14



15



# Chez le boucher chevalin, mieux connaître les morceaux



L'étal du boucher chevalin, véritable lieu d'échange et de conseils, permet, pour les plus avertis ou les curieux, de découvrir les différents morceaux de viande chevaline mais aussi leur forme ou leur localisation dont, très souvent, ils tirent leur nom très imagé : poire, merlan ou araignée, jarret ou poitrine... Laissez-vous guider par votre boucher...

## Les morceaux du boucher

→ La tradition veut que le boucher chevalin les réserve aux amateurs : l'araignée, la poire, le merlan, la hampe et l'onglet.

## A griller, poêler ou à rôtir

**2. LA BASSE-CÔTE** : entre le collier et l'entrecôte. Persillée, elle peut être grillée ou mijotée.

**3. LA CÔTE** : un morceau de choix, la vedette des barbecues.

**4. L'ENTRECÔTE** : la côte désossée, savoureuse et fondante, à griller tout simplement.

**5. LE FAUX-FILET** : appelé aussi contre-filet, c'est un morceau très tendre à griller ou à poêler.

**6. LE FILET** : le morceau le plus tendre pour les tournedos, chateaubriands et rôtis.

**7. LE RUMSTECK** : ce morceau particulièrement maigre, est idéal pour les brochettes et les pavés.

**8. LE ROND DE GÎTE** : particulièrement tendre, il peut aussi se consommer cru en carpaccio.

**9. LA POIRE** : petit muscle dont la forme rappelle le fruit du même nom. Rond et charnu, tendre et fondant il fait de succulents steaks.

**10. LE MERLAN** : petit muscle long et plat dont la forme n'est pas sans rappeler celle du poisson du même nom. Il est utilisé pour des steaks.

**11. LE TENDE DE TRANCHE** : c'est un muscle de la partie interne de la cuisse. Il est utilisé pour les rôtis.

**12. LE DESSUS DE TRANCHE** : pour des steaks à poêler.

**13. LE PLAT DE TRANCHE** : muscle dans lequel on taille des steaks à griller ou à poêler mais aussi des rôtis.

**14. LE ROND DE TRANCHE** : voisin du plat de tranche, il offre les mêmes possibilités culinaires.

**15. LE MOUVANT** : il se fait griller ou poêler, tout simplement.

**16. LA BAVETTE D'ALOYAU** : un muscle aux fibres longues et peu serrées, savoureux et juteux, à déguster en steak.

**17. LA BAVETTE DE FLANCHET** : sa texture est assez proche de sa voisine, la bavette d'aloyau.

**18. L'ARAIGNÉE** : sa forme très irrégulière la fait ressembler à ... une araignée ! C'est un morceau délicieux, un des morceaux du boucher, c'est tout dire !

**20. LA HAMPE** : un peu ferme mais d'une saveur remarquable.

**21. L'ONGLET** : une viande délicate et tendre, goûteuse à servir saignant, absolument.

**22. LA PALETTE DE MACREUSE** : située dans l'épaule, elle peut être grillée, poêlée ou mijotée, à votre convenance.

## A braiser ou à bouillir

**1. LE COLLIER** : un morceau économique, à la viande très légèrement entrelardée, pour cuisiner de savoureux bourguignons ou autres mijotés. Il entre aussi dans la composition du steak haché.

**2. LA BASSE-CÔTE** : entre le collier et l'entrecôte. Persillée, elle peut être grillée ou mijotée.

**19. LE JARRET** : une viande moelleuse et légèrement gélatineuse pour donner du goût aux mijotés.

**22. LA PALETTE DE MACREUSE** : située dans l'épaule, elle peut être grillée, poêlée ou mijotée, à votre convenance.

**23. LA MACREUSE**

**24. LE PALERON**

**25. LA SALIÈRE**

**26. LE GROS BOUT DE POITRINE**

**27. LA POITRINE**

**28. LE FLANCHET**

sont également des morceaux à mijoter. Ils sont cependant le plus utilisés pour le STEAK HACHÉ.

# Une belle diversité de saveurs



## A griller ou à poêler

> **LE STEAK** : une pièce de viande peu épaisse, à fibres courtes ou longues, plus ou moins persillée selon le morceau. En matière de cuisson, préférer « saignant » mais tous les choix sont permis de « bleu » à « à point ».

> **LE Tournedos** : un morceau très tendre, de forme ronde, bardé et ficelé d'environ 2 cm d'épaisseur, uniquement coupé dans le filet. Lorsqu'il est préparé dans un autre morceau, il est accompagné de la mention « façon tournedos ».



## A rôtir

> **LE RÔTI** : LE morceau à partager ! Saignant ou à point, son temps de cuisson dépend de sa forme et de son poids. La barde et la ficelle qui l'entourent permettent de le préserver de la chaleur du four et de lui conserver sa jutosité et sa forme pendant sa cuisson.

## A mijoter

Des morceaux un peu moins tendres que ceux dont on fait les steaks et les rôtis excellent dans cette cuisson qui rend la viande moelleuse et donne un jus savoureux.



## Autres préparations

> **LE STEAK TARTARE** : selon les puristes, il ne peut être réalisé qu'avec de la viande chevaline. La viande hachée est très fragile, il faut la consommer rapidement après l'achat.

> **LE CARPACCIO** : de très fines tranches à arroser d'huile d'olive et de jus d'agrumes, à préparer selon la tonalité souhaitée et les goûts de chacun avec des ingrédients de caractère : parmesan ou mimolette vieille pour le fromage, raifort ou sauce pimentée pour l'assaisonnement.

## La viande de jeune cheval

Les bouchers chevalins proposent également de la viande de jeune cheval (jusqu'à 12 mois) et de laiton (animal non sevré). Celle-ci, plus claire, d'une très grande tendreté, se cuisine comme la viande de veau et se consomme rosée.

Comme pour toutes les viandes jeunes, sa cuisson doit être menée en douceur.

> Les côtes, filet, première, seconde ou découverte sont délicieuses grillées, poêlées ou bien encore rôties en carré.

> Le filet, la noix et le quasi sont le plus souvent cuisinés en rôtis au four ou à la cocotte mais peuvent tout aussi bien l'être en escalopes, pavés ou grenadins à poêler.

> L'épaule et le collier se cuisinent en blanquettes, en sautés et braisés.

# Mieux connaître le cheval c'est varier les plaisirs



## Poêler

Saisir la viande puis la cuire à haute température dans de la matière grasse.



## Griller

Saisir la viande à haute température sur un grill ou dans une poêle sans matière grasse.



## Rôtir

Cuire la viande au four avec peu ou pas de matière grasse.



## Braiser

Faire revenir la viande puis la cuire à couvert dans un peu de liquide, très doucement et très longtemps pour qu'elle exprime toute sa saveur et son fondant.



## Bouillir

Plonger entièrement la viande dans un liquide et la cuire longtemps à petits frémissements.



# A PROPOS D'INTERBEV

INTERBEV est l'Association Nationale Interprofessionnelle du Bétail et des Viandes, fondée en 1979 à l'initiative des organisations représentatives de la filière bétail et viandes. Elle reflète la volonté des professionnels des secteurs bovin, veau, ovin, équin et caprin de proposer aux consommateurs des produits sains, de qualité et identifiés tout au long de la filière. Elle fédère et valorise les intérêts communs de l'élevage, des activités artisanales, industrielles et commerciales de ce secteur qui constitue l'une des premières activités économiques de notre territoire.

Interbev. Crédits photos : Laurent Rouvrais, Pierre-Louis Viel, Dominique Azambre.