



La viande, une ressource essentielle

# Les Produits Tripiérs

bœuf, veau, agneau  
c'est beaucoup de  
morceaux mais chacun  
est unique

**laViande**  
et ses produits tripiérs  
DES MÉTIERS, UNE PASSION





Tête de veau entière  
■ Bouillir



Tête de veau roulée  
■ Bouillir



Joue de bœuf  
▼ Braiser ■ Bouillir



Cervelle de veau  
◆ Poêler



Cervelle d'agneau  
◆ Poêler

# Les Produits Tripiérs

La viande,  
une ressource  
essentielle

Plus d'infos sur  
[la-Viande.fr](http://la-Viande.fr)

bœuf, veau, agneau



Langue de veau  
▼ Braiser ■ Bouillir



Langue d'agneau  
▼ Braiser ■ Bouillir



Langue de bœuf  
■ Bouillir



Ris de veau  
▼ Braiser ◆ Poêler



Ris d'agneau  
▼ Braiser ◆ Poêler



Feuillet



Panse



Caillette



Bonnet

- à griller
- ◆ à poêler
- ▲ à rôtir
- ▼ à braiser
- à bouillir

# c'est beaucoup



Cœur de veau

● Griller ◆ Poêler ▼ Braiser



Cœur d'agneau

● Griller ◆ Poêler ▼ Braiser



Cœur de bœuf

● Griller ◆ Poêler ▼ Braiser

# d e m o r c e a u x



Foie de veau

● Griller ◆ Poêler



Foie d'agneau

● Griller ◆ Poêler



Foie de bœuf

● Griller ◆ Poêler



Rognon de veau

● Griller ◆ Poêler





Rognon d'agneau  
● Griller ◆ Poêler



Rognon de bœuf  
▼ Braiser



Hampe  
● Griller



Onglet  
● Griller



Tétine  
◆ Poêler



Gras double  
◆ Poêler



Animelles  
◆ Poêler



mais chacun est unique



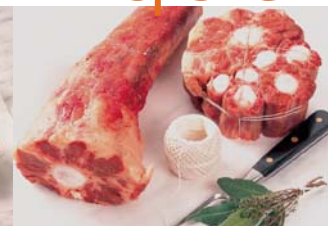
Pied de veau  
▼ Braiser ■ Bouillir



Pied d'agneau  
▼ Braiser ■ Bouillir



Pied de bœuf  
▼ Braiser ■ Bouillir



Queue de bœuf  
▼ Braiser ■ Bouillir

# plus on les connaît plus on les aime

## ■ PRODUITS TRIPIERS DE BŒUF

**Les animelles** : appréciées pour leur finesse, proche du ris de veau par leur texture, elles se cuisinent comme les rognons.

**Le cœur** : une cuisson douce et prolongée lui assure un moelleux et une saveur incomparables.

**Le foie** : se sert braisé ou nappé de sauces relevées.

**Le gras double** : partie la plus épaisse de la panse, c'est un grand classique de la cuisine lyonnaise.

**La hampe** : ferme et goûteuse, elle fournit d'excellent biftecks.

**La joue** : braisée longuement, elle offre une chair moelleuse et libère un jus savoureux. à ne pas oublier dans le pot-au-feu.

**La langue** : à savourer braisée ou cuite à l'étouffée et nappée d'une sauce relevée.

**L'onglet** : d'une saveur délicate, tendre, il se déguste saignant.

**Le pied** : gélatineux, il enrichit le bouillon du pot-au-feu.

**La queue** : elle donne au bouillon du pot-au-feu une saveur incomparable et sa viande est succulente.

**Le rognon** : à déguster braisé et nappé d'une sauce Madère.

**La tétine** : poêlée et saupoudrée d'un hachis d'ail et de persil, elle séduit les amateurs.

**Les tripes** : pilier de la cuisine normande, elle se préparent avec le bonnet, le feuillet, la panse et la caillette.

## ■ LES PRODUITS TRIPIERS DE VEAU

**La cervelle** : ses utilisations sont nombreuses, meunière, en sauce, en beignets... et bien sûr, servie avec la tête de veau.

**Le cœur** : à déguster poêlé, en tranches, ou entier, farci et braisé.

**Le foie** : très fin, de saveur délicate, et extrêmement tendre, il est très prisé des grands chefs.

**La langue** : très fine de goût, elle est délicieuse tiède ou froide, et accompagnée d'une vinaigrette relevée.

**Le pied** : il enrichit les plats mijotés mais se déguste aussi, frit, pané, farci, grillé à la diable ou froid à la vinaigrette.

**Le ris** : réputé pour sa texture et sa saveur particulièrement fines, il séduit les gourmets.

**Le rognon** : très recherché pour sa finesse, il est un régal pour le palais.

**La tête** : désossée, roulée avec la langue, puis pochée, elle se déguste chaude, accompagnée de diverses sauces, ravigote, gribiche...

## ■ LES PRODUITS TRIPIERS D'AGNEAU

**Les animelles** : comme celles du taureau, elles séduisent les amateurs.

**La cervelle** : à savourer avec un beurre clarifié et des câpres, tout simplement.

**Le cœur** : il se déguste rosé, ce qui lui permet de développer toute sa finesse.

**La langue** : elle est parfois vendue avec les joues et se fait alors braiser.

**Le pied** : il entre dans bien des spécialités régionales, pieds-paquets à Marseille, tripous à Saint-Flour...

**Le ris** : il est plus goûteux que celui du veau et fort apprécié des amateurs.

**Les rognons** : les griller, ouverts en 2, 3 à 4 mn par face et les servir avec un beurre aillé.

# Essayer d'autres morceaux c'est s'offrir d'autres plaisirs

**T**ous les produits tripiers commercialisés sont propres à la consommation car les abats aujourd'hui considérés comme des " matériels à risques spécifiques " ou MRS sont saisis au stade de l'abattoir, sous contrôle vétérinaire, pour être détruits par incinération.



## Diététiquement produits tripiers

**A** Les produits tripiers sont, pour la plupart, des produits peu caloriques (moins de 200 kcal pour 100 g d'abats cuits) et riches en protéines. Celles-ci sont, comme les protéines de la viande, de bonne qualité nutritionnelle car riches en acides aminés essentiels que le corps ne sait pas synthétiser.

Ils sont également une très bonne source de minéraux. Le foie, les rognons, la langue, le coeur, la cervelle figurent parmi les aliments les plus riches en fer. Le foie de veau, la queue de boeuf, les rognons et la langue sont particulièrement riches en zinc. Leur richesse en vitamines est un de leur autre atout : ils sont, dans l'alimentation courante, l'une des meilleures sources en vitamines du groupe B : la B2 dans le foie, la PP(ou B3), la B5 et la B6 dans le foie

et les rognons. La B12, qui se trouve exclusivement dans les produits d'origine animale, est un des atouts du foie, des rognons, du coeur, de la cervelle, de la langue et des ris de veau. Les vitamines C, A et D sont également présentes, notamment dans le foie.

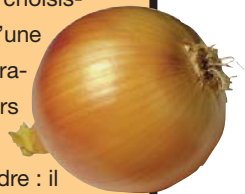
La plupart des produits tripiers sont des produits maigres, c'est à dire pauvres en lipides. Leurs calories sont en grande partie apportées par des protéines : le foie, les rognons et le coeur, tout particulièrement, sont exemplaires. Les maintenir ou les réintroduire dans notre alimentation courante peut être un moyen de prévenir certaines formes de carences vitaminiques ou minérales.



# goûter différents morceaux c'est goûter différentes saveurs

**A** l'achat, les produits tripiers se choisissent à l'œil : ils doivent être d'une belle couleur, brillants et fermes. Plus fragiles que la viande ; il doivent toujours être de la plus grande fraîcheur.

Après l'achat, ils ne doivent plus attendre : il est indispensable de les consommer dans les 24 h, à condition de les avoir rangés dans la partie la plus froide du réfrigérateur, dans leur emballage d'origine, un papier paraffiné, lorsqu'ils sont achetés chez le tripiier ou chez le boucher ou encore au rayon traditionnel de la grande surface. Lorsqu'ils sont vendus en barquette, dont le film plastique est perméable à l'air pour leur permettre de respirer, la DLC (date limite de conservation)



## Nombreux et variés

Les produits tripiers, nombreux et très différents les uns des autres, offrent un large éventail de possibilités culinaires. Parfois méconnus, ils entrent cependant dans un multitude de plats délicieux, du plus simple au plus raffiné. Leur taille, leur texture et leur saveur dépendent de l'espèce dont ils proviennent : les produits tripiers de veau sont très prisés pour leur finesse ; ceux du bœuf, plus volumineux, ont une texture assez dense et une saveur prononcée. De petite taille, les produits tripiers d'agneau sont tendres et cuisent rapidement.

Les spécialistes du surgelé proposent, dans leur rayon produits tripiers des rognons d'agneau ou de veau, du foie de veau, des langues de veau et de bœuf, des ris de veau, de la joue de boeuf. Ces produits se gardent plusieurs mois au congélateur. Ils nécessitent quelques heures de décongélation au réfrigérateur, avant la cuisson.

Les produits tripiers sont regroupés en deux catégories et, contrairement à ce que l'on pourrait penser, les rouges ne se distinguent pas des blancs par la couleur.

■ Les produits tripiers rouges sont vendus tels quels, crus et n'ayant subi que les parages indispensables : ils peuvent être rouges comme le foie, les rognons, le cœur, la langue, les joues, la queue, la hampe ou l'onglet.

■ Les produits tripiers blancs sont ceux que le tripiier échaude et blanchit, parfois cuit, ce qui leur donne une couleur blanc ivoire et évite de fastidieuses préparations ou de longues cuissons : ce sont l'estomac, les pieds ou la tête de veau.

# Pour chaque recette choisir le bon morceau

## Bien cuire

Il est essentiel d'associer à chaque produit tripier le mode de cuisson qui le met le mieux en valeur. Naturellement tendres, la plupart des produits tripiers, le cœur, le foie, les ris, les rognons... se font poêler ou griller rapidement.

Les autres, comme la langue nécessitent un temps de cuisson plus long et s'accompagnent de sauces onctueuses généralement préparées avec le liquide de cuisson.

**L**es produits tripiers contribuent largement à la gloire gastronomique des régions françaises. Chacune a sa ou ses spécialités : les tripoux ou tripous dans le Centre, tripes en Normandie, pieds-paquets en Provence, gras double dans le Lyonnais... et bien d'autres encore.

Pour cuisiner	Quantité	Temps et mode de cuisson
Queue de bœuf braisée	2 queues de bœuf pour 4 personnes	3 h dans une cocotte (1 h 15 en A.C.)
Rognon d'agneau	2 rognons par personne	5 à 6 mn au gril
Joue de bœuf	2 joues de bœuf pour 4 personnes	3 h dans une cocotte (1 h 15 en A.C.)
Foie de veau	150 g par personne	5 mn à la poêle
Escalope de cervelle d'agneau	150 g par personne	5 mn à l'eau bouillante puis 5 mn à la poêle
Gras double	200 g par personne	15 mn dans une sauteuse
Cœur de veau en tranches	1 pour 2 personnes	20 mn dans une sauteuse