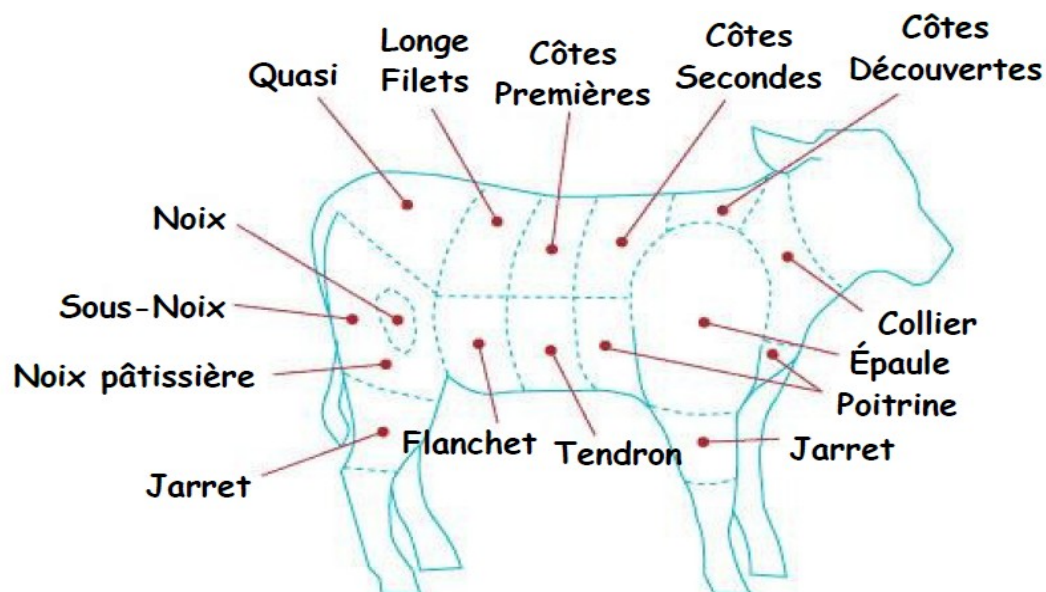


# LES PIÈCES BOUCHÈRES DU TENDRE D'OC

## Caractéristiques de la viande du Tendre d'Oc :

- couleur rosée
- poids carcasse : 180 kg à 270 kg avec un optimal à 220 kg
- conformation : E, U et R
- état d'engraissement : supérieur ou égal à 2



## A chaque morceau sa préparation

Morceaux	Préparation	Quantité par personne
<i>Escalope (noix, sous-noix, noix pâtissière)</i>	Poêler, bien saisi	150 g
<i>Côtes (Premières, Secondes, Découvertes)</i>	Griller ou poêler	200 g
<i>Tendron</i>	En sauce ou à griller	200 g
<i>Jarret</i>	Pot au feu ou osso buco	220 g
<i>Rôti d'épaule</i>	Rôtir au four	150 g
<i>Quasi</i>	Rôtir au four	150 g
<i>Filet</i>	Poêler	150 g
<i>Sauté</i>	En sauce	200 g