

Nom du client: \_\_\_\_\_ Numero de téléphone \_\_\_\_\_



## Cubes

• Dimension des cubes en pouces \_\_\_\_\_ • Poids par paquet en grammes \_\_\_\_\_

## Rôtis

• Épaisseur des rôtis en pouces \_\_\_\_\_ • Poids des rôtis en grammes \_\_\_\_\_

## Haché

• Poids des paquets en grammes \_\_\_\_\_

## Steaks

• Épaisseur des steaks en pouces: \_\_\_\_\_ • Poids des steaks en grammes: \_\_\_\_\_ • Combien par paquet \_\_\_\_\_

**Veillez encercler les coupes que vous désirez dans le tableau qui suit**

| SURLONGE / LONGE  |   | CÔTE   |  | BLOC D'ÉPAULE               |                                      |                       |                                   |
|---|---|--|--|-----------------------------|--------------------------------------|-----------------------|-----------------------------------|
| <b>HAUT DE SURLONGE</b><br>                                     | <b>CONTRE-FILET</b><br>                               | <b>CÔTE</b><br>  | <b>PECTORAL</b><br>  | <b>HAUT DE SURLONGE</b><br> | <b>POINTE DE BAS DE SURLONGE</b><br> | <b>FAUX-FILET</b><br> | <b>OEIL DE PALETTE DÉOSSÉ</b><br> |
| <b>CUISSE / RONDE</b><br><b>POINTE DE SURLONGE (POINTE)</b><br> | <b>TRIANGLE DE BAS DE SURLONGE</b><br>                | <b>BOUT DE CÔTES DE BŒUF</b><br>                           | <b>HAUT DE PALETTE POUR POT-AU-FEU</b><br>   |                             |                                      |                       |                                   |
| <b>EXTERIEUR DE RONDE</b><br>                                   | <b>FILET MIGNON</b><br>                               | <b>BAVETTE DE BAS SURLONGE</b><br>                         | <b>CÔTES PRÊTES POUR LA CUISSON</b><br>  | <b>CÔTES COURTES</b><br>    |                                      |                       |                                   |
| <b>NOIX DE RONDE</b><br>  | <b>LONGE COURTE</b><br>                               | <b>SECTION LONGE</b><br>                                   | <b>HAUT DE CÔTE DÉOSSÉ</b><br>   |                             |                                      |                       |                                   |
| <b>INTÉRIEUR DE RONDE</b><br>                                   | <b>FLANC</b><br>                                      | <b>SECTION ÉPAULE</b><br>                                  | <b>PALETTE DÉOSSÉ</b><br>  |                             |                                      |                       |                                   |
| <b>CUISSE</b><br>   | <b>BOUT DE FLANC</b><br><b>INTÉRIEUR DE HAMPE</b><br> | <b>POINTE DE POITRINE</b><br><b>POINTE DE POITRINE</b><br> | <b>POINTE DE L'ÉPAULE</b><br>  |                             |                                      |                       |                                   |
| <b>FLANC DE BŒUF</b><br>  | <b>ONGLET</b><br>                                     | <b>JARRET</b><br>  | <b>À faire cuire au four</b><br><b>Sauter / Poêler</b><br><b>À griller</b><br><b>À braiser, à mijoter, à cuisson lente</b><br><b>À mijoter</b><br><b>À fumer</b> |                             |                                      |                       |                                   |

**Astuce tendreté**

- Plus la viande est éloignée de la tête, des sabots ou de la cuisse, plus elle est tendre.
- Les coupes tendres peuvent être cuites à feu vif en moins de temps.
- Les muscles qui travaillent plus fort sont moins tendres mais plus goûteux.