



COMITÉ INTERPROFESSIONNEL DE LA DINDE FRANÇAISE

Cet été 2006, les brochettes de dinde sont à l'honneur pour le plus grand plaisir de tous !

Sortez vos barbecues, plancha et autre matériel de grillade : les beaux jours arrivent ! La dinde prend les devants et vous donne des trucs et astuces pour vos repas champêtres. La brochette de dinde est à l'honneur puisqu'elle répond à toutes vos attentes pour cet été 2006 : **praticité, facilité, variété, plaisir et bien-être.**

L'escalope de dinde, le morceau de choix pour vos brochettes de dinde

L'escalope de dinde se découpe facilement et propose une large variété de découpes différentes et innovantes :

- la forme : cubes, lamelles, dés...
- la taille : mini-brochettes pour l'apéritif, maxi-brochettes en plat principal, vous adaptez la taille des morceaux et la longueur des brochettes en fonction de vos souhaits et de l'utilisation que vous voulez en faire.

Laissez libre court à votre imagination :

- des brochettes de type 'bouchées' avec des lamelles de dinde ou des mini cubes pour vos apéritifs dînatoires que vous servirez avec des sauces et/ou en marinade
- des brochettes à base de cubes de dinde que vous alternerez avec des légumes et/ou des fruits en version sucré/salé pour le plat principal.

Une nouvelle présentation de brochettes de dinde pour un succès garanti !

Les cubes de dinde pour les brochettes, tout le monde connaît. Pourquoi ne pas essayer d'innover ? Il vous suffit d'émincer l'escalope de dinde en fines lamelles de 5 cm environ de long pour les mini-brochettes et 10 cm pour des brochettes de taille classique. Puis de traverser chaque lamelle par une pique de votre choix : vous étonnerez vos convives avec ces brochettes originales et tout aussi savoureuses !

Pour la marinade, disposez les brochettes dans un plat creux. Les badigeonner de marinade à l'aide d'un pinceau de cuisine et les laisser mariner pendant 2 h. Il ne vous reste plus qu'à les faire griller : c'est prêt et pas besoin de fourchette pour se régaler !

Des brochettes de dinde ludiques et originales pour épater vos convives !

Le plaisir visuel influence de manière positive la prise alimentaire.

Quelques conseils de présentation :



- **Variez les piques** : un bâtonnet de citronnelle, de réglisse pour des saveurs exotiques, une pique en bois ou en bambou pour un effet visuel réussi.
- **Colorez vos repas** : des légumes et/ou des fruits égayeront vos brochettes, vos assiettes ... et raviront vos papilles !
- **Présentez les marinades et les sauces** : les convives apprécient de découvrir sur la table les différentes préparations prévues pour le repas. Rien de tel pour se mettre l'eau à la bouche !

Quelques idées recettes pour vos marinades et sauces :

- Des condiments et des sauces variés pour tous les goûts :

Chutneys, moutarde, mayonnaise, sauce pimentée, sauce au fromage blanc et fines herbes, sauce aigre-douce, sauce barbecue, sauce béarnaise...

- Des marinades originales pour des saveurs multiples :

Huiles d'olive, de colza, de tournesol, herbes (thym, estragon), alliacés (ail, échalotes, oignons), citron, vin blanc, épices (curry, paprika, cannelle) et condiments (gingembre, vinaigre, moutarde, miel)...autant de recettes de marinades à décliner selon vos envies pour des brochettes réussies !

Barbecue, pierrade ou plancha : la dinde vous laisse le choix de la cuisson !

La cuisson est primordiale pour obtenir une viande de dinde moelleuse et savoureuse. Quelques minutes suffisent pour cuire vos brochettes, pour le plus grand soulagement des parents pressés ou des enfants affamés !

Vous avez le choix du matériel de cuisson : à défaut de barbecue, pierrade ou plancha, vous pouvez également utiliser votre poêle pour faire griller vos brochettes de dinde.

Petit truc du spécialiste pour garantir une bonne cuisson : *N'oubliez pas d'huiler la plaque à l'aide d'un sopalin et de bien la faire chauffer avant de faire griller vos brochettes de dinde.*

Les brochettes de dinde pour allier bien-être et santé

Le mode de cuisson utilisé pour vos brochettes de dinde est idéal pour conserver les qualités organoleptiques (saveur, odeur, tendreté) et nutritionnelles de l'aliment. L'escalope de dinde fait partie des viandes les plus maigres et la cuisson à la plancha ou au barbecue ne nécessite pas d'ajout de matière grasse : un repas léger par excellence !