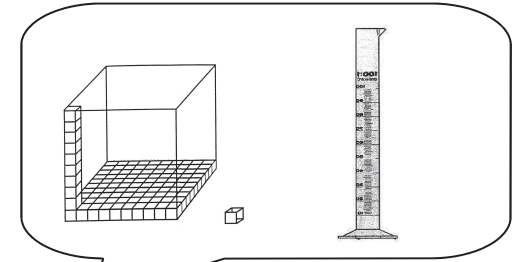


Coups de pouce

Livret « Fiche-méthode »

Unité de volume						dm ³						
Unité de capacité									mL			

Nom									gramme			
symbole												mg



L'œuf peut donc provenir de la France ou d'un autre pays.

Les 2 lettres suivantes correspondent au code du pays :

- FR pour la France,
- BE pour la Belgique,
- CH pour la Suisse,

L'acheteur peut obtenir des informations sur la façon dont la poule a été nourrie. Cet élément en détermine les propriétés nutritives.

code 0	Classe 1	Classe 2	Classe 3
Poule élevée en plein air en respectant les règles exigées par les produits bios. Alimentation naturelle, sans produits chimiques. Riche en oméga 3. Plus cher que les autres oeufs	Poule élevée en plein air ne se conformant pas à la labélisation bio. Ne suit pas une alimentation réglementée.	Poule est élevée au sol sur une surface de 2,5 m ² . S'il est labellisé, il devra se plier aux normes de l'élevage bio. Oeufs pondus par des poules élevées dans un bâtiment duquel elles ne peuvent pas sortir	Poule appartenant à une ferme d'élevage en batterie vit dans un endroit clos, à l'intérieur d'une cage. Les éleveurs recourant à cette méthode privilégient la production en masse à la qualité. Prix bas, qualité moyenne.

Classification

Il existe 4 calibres en fonction du poids de l'œuf.

Calibre S	Calibre M	Calibre L	Calibre XL
53 g	53 g à 63 g	63 à 73 g	> à 73 g

L'œuf le plus couramment utilisé dans la cuisine est celui de la catégorie M.