

DINDON CANADIEN

DINDON ENTIER

101



Conseils pour l'achat de votre dindon

Quelle doit être sa taille?

C'est votre tour d'accueillir la famille? Les dindons entiers que vous trouvez couramment dans les magasins pèsent entre 6 et 25 lb. Servez-vous de **la calculatrice pour dindon entier** afin d'évaluer le poids du dindon qu'il vous faut, le temps nécessaire pour le faire décongeler et cuire.

Pour en savoir plus sur la façon de choisir un dindon entier, regardez **la vidéo de démonstration Dindon 101**.



Comment et quand le faire dégeler?

Le plus sûr moyen de décongeler un dindon est soit dans le réfrigérateur soit dans l'eau froide.

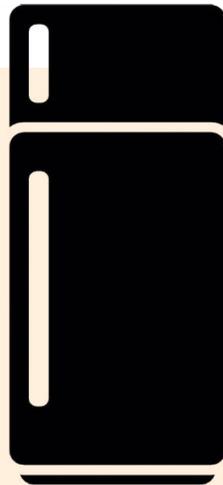
Ne laissez jamais dégeler votre dindon à la température ambiante.

Certains produits sont censés être mis à cuire encore congelés; lisez toujours attentivement l'étiquette du produit. Pour en savoir plus sur la bonne manière de faire dégeler un dindon, regardez **la vidéo de démonstration Dindon 101.**

MÉTHODE DU RÉFRIGÉRATEUR :

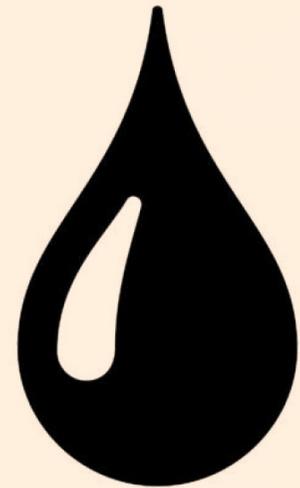
Cette méthode de décongélation du dindon est la plus sûre car elle permet de garder la viande au frais jusqu'à ce qu'elle soit complètement dégelée.

- Placez le dindon sur un plateau sur l'une des clayettes du bas du réfrigérateur.
- Comptez 5 heures de décongélation par livre (10 heures/kg).



MÉTHODE DE L'EAU FROIDE :

- Laissez le dindon dans son emballage d'origine.
- Placez le dindon dans un grand récipient et recouvrez-le complètement d'eau froide.
- Changez l'eau au minimum à chaque heure.
- Comptez 1 heure de décongélation par livre (2 heures/kg).



Comment saumurer un dindon?

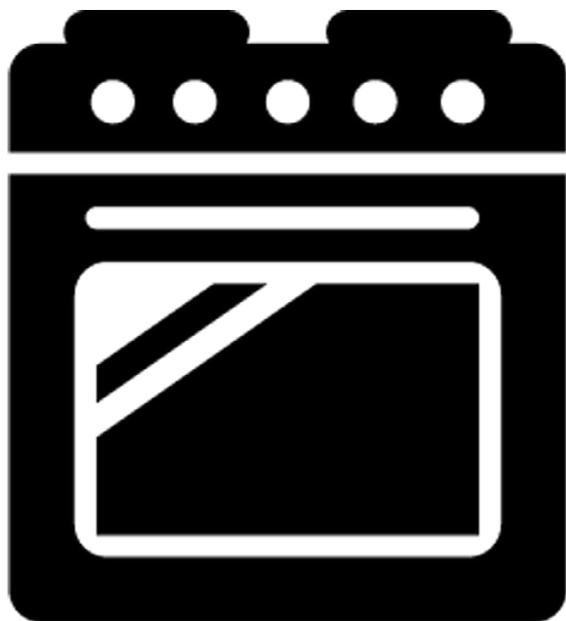
La saumure donne davantage de goût et d'onctuosité à la viande de dindon. Beaucoup estiment que saumurer, c'est-à-dire mettre à tremper un dindon entier dans de l'eau saturée de sel, est une bonne idée pour préparer un dindon. Le saumurage demande de 6 à 24 heures de trempage et doit se faire idéalement la veille du rôtissage. La durée du trempage dépend du dindon, de l'eau, et de votre expérience et de vos goûts personnels, aussi nous vous conseillons de faire l'expérience quelques fois pour voir ce qui vous convient le mieux.

Il vous faudra un sac à saumure, en vente dans la plupart des magasins d'ustensiles de cuisine, conçu expressément pour saumurer les volailles. Si vous n'en trouvez pas, prenez un récipient (en plastique pour aliments ou une marmite avec couvercle inoxydable) assez grand pour contenir le dindon pendant son immersion dans la saumure. Il faut aussi assez de place pour le caser dans le réfrigérateur.

N'oubliez pas que le sel de la saumure donnera un goût salé à votre dindon et qu'il est donc sage d'omettre le sel qui figure dans les ingrédients du bouillon de dindon.



Farces succulentes pour une Action de grâce contemporaine



VOYEZ LA
RECETTE!

Poitrine de dindon rôtie
farcie de saucisses et
pistaches

Recette et photo par Wink11
www.thisiswink.com



VOYEZ LA
RECETTE!

Farce au dindon
légèrement épicée,
de style indien

Recette et photo par Michelle Peters-Jones
www.thetiffinbox.ca



Comment faire rôtir un dindon entier ou une poitrine de dindon?

Dindon canadien recommande de cuire les dindons entiers jusqu'à ce que la température interne de la poitrine soit de 170° F (77° C) et celle des cuisses de 180° F (82° C).

Si vous faites rôtir un dindon farci, la farce placée dans la cavité de l'oiseau doit arriver à une température interne d'au moins 165° F (74° C).

Laissez la volaille reposer 20 minutes avant de la découper.

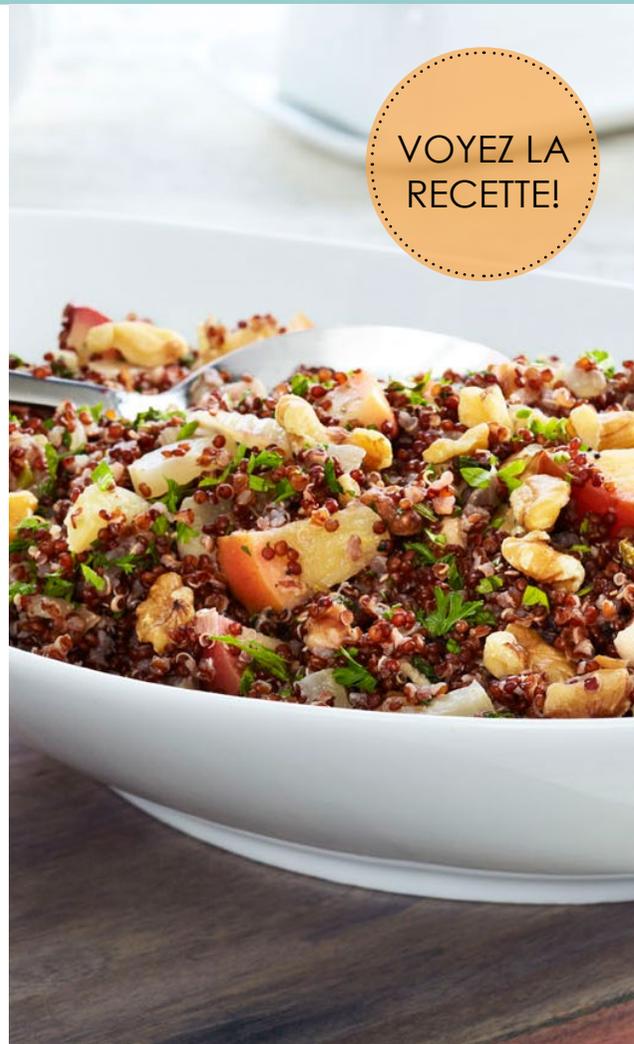
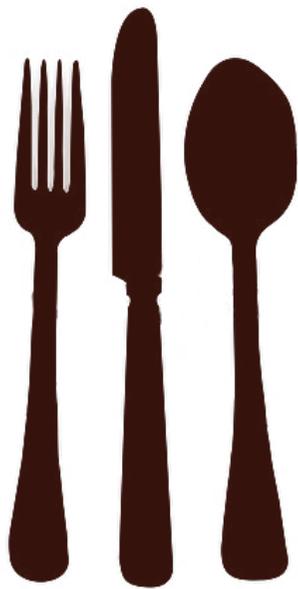
Pour en savoir plus sur la bonne manière de faire rôtir votre dindon, regardez [la vidéo de démonstration Dindon 101](#).

TEMPS APPROXIMATIF POUR FAIRE RÔTIR UN DINDON AU FOUR À 350° F (175° C) OU AU BARBECUE À FEU MOYEN

Poids	Temps de cuisson au four		Au barbecue à feu moyen
	Farci	Non farci	Non farci
6 – 8 poids (3,0 – 3,5 kg)	3 – 3 ¼ heures	2 ½ – 2 ¾ heures	1 – 1 ¾ heures
8 – 10 poids (3,5 – 4,5 kg)	3 ¼ – 3 ½ heures	2 ¾ – 3 heures	1 ¼ – 2 heures
10 – 12 poids (4,5 – 5,5 kg)	3 ½ – 3 ¾ heures	3 – 3 ¼ heures	1 ½ – 2 ¼ heures
12 – 16 poids (5,5 – 7,0 kg)	3 ¾ – 4 heures	3 ¼ – 3 ½ heures	2 – 2 ¾ heures
16 – 20 poids (7,0 – 9,0 kg)	4 ¼ – 4 ¾ heures	3 ¾ – 4 ½ heures	2 ½ – 3 ¼ heures
20 – 24 poids (9,0 – 10,9 kg)	4 ¾ – 5 ½ heures	4 – 5 heures	3 ¾ – 4 ½ heures

Les temps de cuisson peuvent varier selon la température de la volaille lorsque vous la mettez au four, l'exactitude du thermostat du four, le nombre de fois que vous ouvrez la porte du four pendant la cuisson, le type et la taille de la rôtissoire choisie, et la taille du dindon par rapport à la taille du four.

Autres farces délicieuses pour nourrir votre famille



VOYEZ LA RECETTE!

Farce au quinoa rouge,
aux pommes et aux
noix (sans gluten)

Recette et photo par Dindon canadien
www.dindoncanadien.ca



VOYEZ LA RECETTE!

Farce au pain de
maïs et aux fruits
secs

Recette et photo par Canola info
www.canolainfo.org

Mitonner une sauce et découper le dindon

Pour connaître la marche à suivre pour découper un dindon, allez sur www.dindoncanadien.ca/l-abc-du-dindon-entier/dcoupage/ ou regardez notre [vidéo de démonstration Dindon 101](#).

SAUCE ALLÉCHANTE AU JUS DE DINDON

1/4 de tasse (50 mL) de jus de cuisson

1/4 de tasse (50 mL) de farine

2 tasses (500 mL) de liquide (une combinaison du jus réservé, de bouillon de légumes et/ou de volaille)

1. Lorsque le dindon est prêt, versez le jus de cuisson dans un bol en laissant les particules brunes dans la rôtissoire. Laissez le gras monter à la surface et enlevez-le à l'aide d'une écumoire. Réservez le jus.
2. Remettez 1/4 de tasse (50 ml) de jus dans la rôtissoire placée sur la cuisinière à feu doux. Incorporez au jus 1/4 de tasse (50 ml) de farine et laissez cuire jusqu'à ce que le mélange brunisse et bouillonne légèrement.
3. Ajoutez en remuant 2 tasses (500 ml) de liquide (une combinaison du jus réservé, de bouillon de légumes et/ou de volaille, ou d'eau si vous avez besoin de plus de liquide) jusqu'à obtenir un mélange onctueux.
4. Raclez les particules brunes collées au fond de la rôtissoire et laissez cuire en remuant jusqu'à ce que le mélange épaissit. Salez et poivrez à volonté.
5. Avant de servir la sauce, portez-la à ébullition. Cette sauce doit être servie chaude. Réfrigérez ou congelez les restes.

Pour obtenir des instructions simples pour mitonner une sauce maison, regardez **la vidéo Dindon 101**.

N.B. : Utilisez la sauce au jus de dindon dans les deux jours.



Restes

Il y a tellement de façons d'utiliser les restes de dindon...qu'il n'y a aucune raison de s'ennuyer! Parcourez les 50+ recettes de restes sur [www.dindoncanadien.ca/categorie-de-recette/restes/!](http://www.dindoncanadien.ca/categorie-de-recette/restes/)



dindoncanadien.ca | facebook.com/CanadianTurkey
twitter.com/Cdn_Turkey | pinterest.com/CanadianTurkey
youtube.com/c/CanadianTurkey | instagram.com/CanadianTurkey

