

# COMPRENDRE L'ATTENDRISSMENT MÉCANIQUE DU BŒUF

L'attendrissement mécanique est un processus utilisé depuis plusieurs années pour attendrir la viande, autant chez les détaillants que dans les entreprises de transformation de la viande et les restaurants.

L'attendrissement mécanique peut aussi être effectué à la maison, en perçant la viande avec une fourchette ou un outil spécialement conçu à cet effet. Peu importe où il est effectué, l'attendrissement mécanique consiste généralement à percer la viande avec des lames ou des dents afin de briser les fibres musculaires.

## ÉTIQUETAGE DU BŒUF ATTENDRI MÉCANIQUEMENT

La viande ayant été attendrie mécaniquement n'aura pas forcément une allure différente. Pour que les consommateurs puissent distinguer le bœuf attendri mécaniquement au moment de l'achat, l'emballage doit porter une étiquette indiquant « attendri mécaniquement ». L'étiquette comprend aussi les instructions de cuisson indiquant que le bœuf doit être

cuit jusqu'à ce que sa température interne atteigne 145 °F (63 °C) autant pour les biftecks que les rôtis, ce qui équivaut à une cuisson mi-saignante. Pour les biftecks, les instructions de cuisson recommandent aussi qu'on les retourne au moins deux fois pendant la cuisson afin d'assurer une cuisson uniforme (voir image A et image B), ce qui améliore la salubrité et la qualité gustative. Ces recommandations s'appliquent à tous les biftecks à griller ou à poêler, qu'ils soient attendris ou non.

TOUT  
SAVOIR  
SUR LE  
BŒUF



BŒUF CANADIEN



FR.CANADABEEF.CA

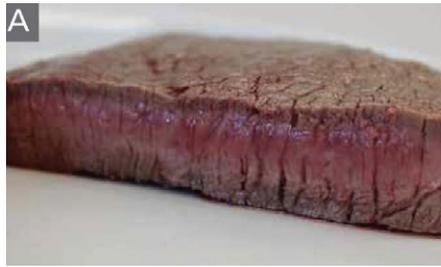
## POURQUOI ATTENDRIR MÉCANIQUEMENT ?

Contrairement à la marinade, ce genre d'attendrissement comporte un réel avantage, soit celui d'attendrir le bœuf sans modifier son goût ou son apport calorique. L'attendrissement mécanique transperce les fibres et les tissus coriaces de la viande pour donner aux biftecks et aux rôtis modérément tendres, comme la noix de ronde, l'intérieur et l'extérieur de ronde, et la pointe de surlonge, une tendreté plus constante.

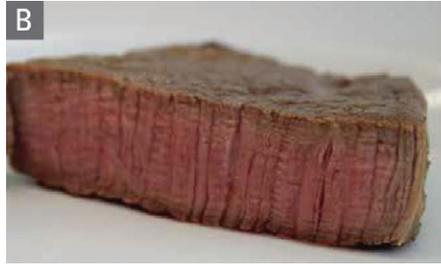
**Retourner les biftecks attendris mécaniquement au moins deux fois pendant la cuisson améliore la salubrité et la qualité gustative.**

## SALUBRITÉ ALIMENTAIRE ET ATTENDRISSMENT MÉCANIQUE

Étant donné le transfert possible de bactéries présentes à l'extérieur des biftecks ou des rôtis de bœuf au centre de la viande, il est important que les coupes de bœuf attendries mécaniquement soient cuites jusqu'à ce qu'elles atteignent une température minimale de 145 °F (63 °C), soit une cuisson mi-saignante. Si un bifteck est retourné une seule fois pendant la cuisson, sa température peut manquer d'uniformité. En le retournant au moins deux fois, la température sera plus uniforme, ce qui contribue à la fois à la salubrité et à la qualité gustative.



(A) Un bifteck retourné toutes les quatre minutes jusqu'à ce qu'il atteigne une température interne de 145 °F (63 °C) ne présente pas une cuisson uniforme.



(B) Un bifteck retourné toutes les soixante secondes jusqu'à ce qu'il atteigne aussi une température interne de 145 °F (63 °C) présente une cuisson plus uniforme.

MISE À JOUR : NOVEMBRE 2017

*Bœuf canadien s'efforce de présenter des faits au sujet de la nutrition et des pratiques culinaires et agricoles fondés sur les études et tests scientifiques les plus récents. Puisque la recherche évolue rapidement dans le domaine, nous suivons ces sujets de près afin d'actualiser le contenu au besoin. Un dialogue constructif est selon nous le meilleur moyen d'enrichir les connaissances et la compréhension. Nous vous invitons donc à nous faire part de vos commentaires et à participer à la conversation.*



LE CENTRE D'EXCELLENCE  
DU BŒUF CANADIEN

Situé à Calgary, en Alberta, le Centre d'excellence du bœuf canadien est la vitrine et le point de convergence de tous les intervenants du secteur canadien du bœuf et du veau. Le Centre a pour mission d'offrir des services éducatifs et de formation, de jouer un rôle de chef de file et de favoriser l'émergence de nouvelles idées.

Le Centre témoigne de la volonté du Canada de respecter des normes de qualité et de salubrité de calibre mondial.

COMMUNIQUER, INNOVER ET INSPIRER.

[FR.CANADABEEF.CA](http://FR.CANADABEEF.CA)



Attendrissement mécanique d'une coupe de bœuf

