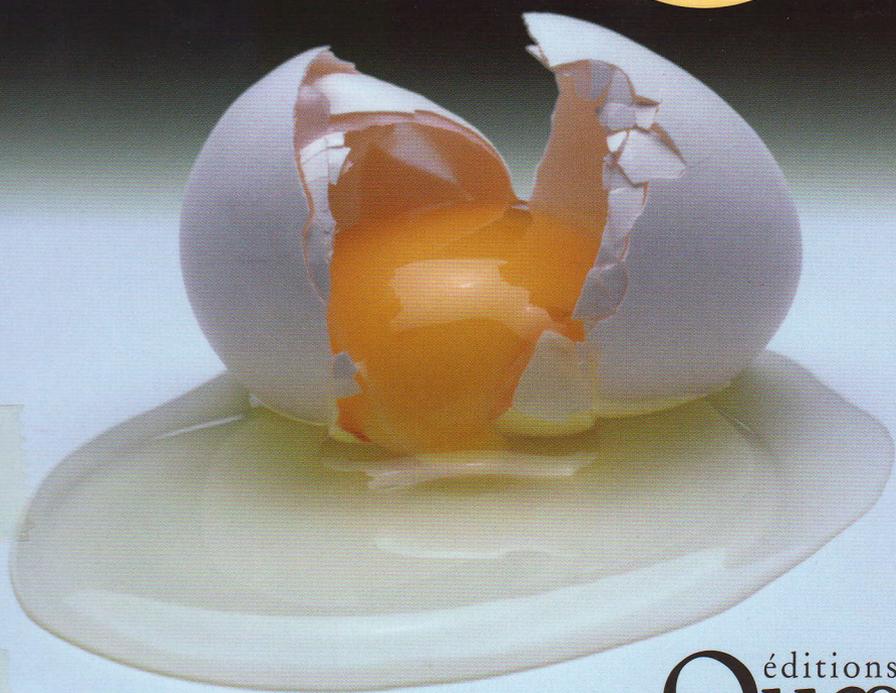


Florence Baron
Catherine Guérin-Dubiard
Françoise Nau

Les œufs ?

60
clés pour
comprendre



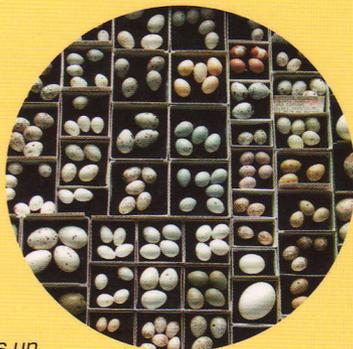
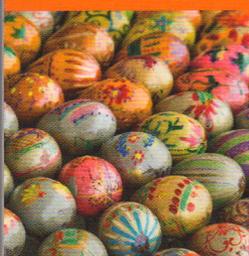
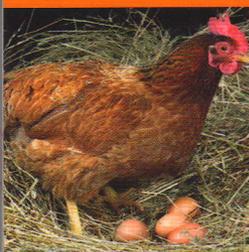
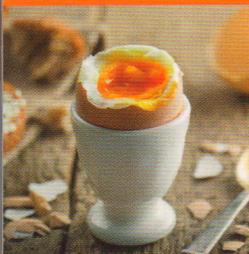
éditions
Quæ



Table des matières

Introduction	6
Nos œufs familiers	9
Biologie et physiologie	21
L'œuf en alimentation et santé humaines	39
Produire des œufs	69
Transformer les œufs	91
L'œuf à travers les cultures	111
60 clés pour comprendre les œufs	122
Références bibliographiques	127
Crédits iconographiques	128





Sous son apparence familière, l'œuf est une source inépuisable d'étonnements, de controverses, mais surtout de bienfaits, dont ce livre fait le tour en 60 questions.

Un œuf, c'est un peu mystérieux. *C'est quoi un œuf ? Qu'y a-t-il dans un œuf de poule ? Comment la poule fait-elle son œuf ? De l'œuf ou de la poule, qui est apparu en premier ?*

C'est aussi quelque chose d'assez prodigieux. *Petit ou gros œuf ? Comment peut-on faire autant de mousse avec un seul blanc d'œuf ? Pourquoi du blanc d'œuf dans les vins ? L'œuf est-il un aliment complet ? Le cholestérol de l'œuf est-il un problème ? Les protéines de l'œuf sont-elles de bonne qualité ? L'œuf est-il un coupe-faim efficace ? L'œuf est-il une source intéressante de vitamines et de minéraux ?*

S'il y a *Mille façons de manger des œufs*, vous découvrirez aussi dans ce livre des conseils judicieux pour *Cuisiner l'œuf en fonction de son âge*, ainsi que les propriétés technologiques qui, à l'échelle industrielle ou en restauration collective, garantissent une sécurité sanitaire maximale : *Pourquoi préférer les ovoproduits ?*

Les œufs, aliment de demain ? Si vous êtes convaincu des trésors que l'œuf recèle, *Avoir son poulailler : pourquoi pas vous ?*

Florence Baron est enseignante-chercheuse à Agrocampus Ouest en microbiologie alimentaire, spécialiste de la qualité et de la sécurité sanitaire des œufs et ovoproduits.

Catherine Guérin-Dubiard est enseignante-chercheuse à Agrocampus Ouest en science des aliments, spécialiste des œufs.

Françoise Nau est enseignante-chercheuse à Agrocampus Ouest en science et technologie alimentaire, spécialiste de l'œuf et des ovoproduits.

éditions
Quæ

Éditions Cirad, Ifremer, Inra, Irstea
www.quae.com

19,50 €

ISBN : 978-2-7592-2657-3



9 782759 226573

ISSN : 2261-3188

Réf. : 02583