

Spécificité de la viande de bison

Une bonne viande de Bison se distingue par sa tendreté, sa couleur rouge très foncée et son goût boisé. Le bison est une viande peu grasse et très riche en protéines. Elle cuit donc plus rapidement que le Boeuf.

Le bison produit une viande reconnue pour sa tendreté et ses valeurs diététiques. C'est une viande de couleur rouge très foncée qui a des taux de graisse et de cholestérol très bas. La viande de bison est très peu calorique tout en étant une excellente source de protéines. Elle est aussi une excellente source de fer nécessaire à notre bonne santé.

Les valeurs nutritives de la viande de bison en font un aliment très adapté au régime des sportifs, des femmes enceintes et des personnes âgées. La viande de bison n'a pas un goût fort comme on peut le trouver chez certains gibiers. C'est une viande qui se rapproche un peu du boeuf avec des saveurs fumées et boisées en fond de bouche.

Tableau comparatifs des valeurs nutritionnelles

Protéines (g)			
Calories (kcal)	Cholestérols (mg)		
Fer (mg)			
Bisons	2.42	29.01	143
Boeuf	8.09	28.48	201

Poulet	9.66	28.39	212
Porc	2	26.07	158
Saumon	12.35		206

[Joomla SEO by AceSEF](#)