

CCTP « mode d'emploi »

La péninsule Ibérique

Composée notamment de l'Espagne et du Portugal, la péninsule ibérique est une région géographiquement très variée, bercée par des influences atlantiques et méditerranéennes. On y déguste une cuisine ensoleillée, pleine de saveurs et de couleurs.

Poisson d'eau froide par excellence, la morue (ou cabillaud) descend rarement en dessous du 48^e parallèle Nord. On la retrouve entre autres dans les eaux canadiennes, la mer des Barents, mais également en Atlantique Nord, où elle est principalement pêchée par la Norvège et la Russie qui y assurent respectivement 36 et 33 % des captures enregistrées¹. Comment se fait-il alors que ce poisson soit omniprésent dans la gastronomie ibérique ? Son introduction dans cette cuisine remonte en fait aux alentours du 16^{ème} siècle, époque de la découverte du Nouveau Monde. Des navires portugais, espagnols, français et anglais se ruent à Terre Neuve afin de pêcher la morue qui représente un aliment nourrissant, facile à conserver et à transporter après son salage. Notons que les stocks sont aujourd'hui épuisés dans cette région du globe à cause d'une surexploitation.

Autre spécialité typiquement ibérique, le chorizo. Si les recettes et les formes diffèrent entre l'Espagne et le Portugal, cette charcuterie, dotée d'une couleur rouge/orangée qui lui est propre, présente tout de même des points communs, avec notamment l'utilisation de piments pour sa confection. La préparation en escabèche fait également partie de la cuisine méditerranéenne et les beignets de calamars peuvent compléter un assortiment de tapas espagnols.

¹ Ces grammages s'entendent sur la quantité de poisson, hors marinade.

La sélection du mois

- Filet de morue
- Beignet de calamar à la romaine
- Chorizo cular
- Filet de maquereau escabèche

L'avis de...

BROWAEYS JOHANA – DIETETICIENNE
SARL Barboteu Restauration – Cabestany (66)



Nous servons du chorizo environ une fois par mois en alternance avec de la rosette, du pâté, de la mortadelle ou des charcuteries locales (dios blancs et noirs, carn de parol...). Les charcuteries sont particulièrement appréciées des adultes et des personnes âgées.

Les filets de maquereaux à l'escabèche frais sont proposés dans nos menus, notamment lors de nos repas à thème mensuels, ce qui est plâit à nos clients. Par ailleurs, nous utilisons les maquereaux à la moutarde et à la tomate régulièrement, et nous les cuisinons en rillettes « maison ».

Les beignets de calamars sont savourés avec plaisir par l'ensemble de nos clients. Ils sont présentés en tant que plat principal, accompagnés d'une rondelle de citron, d'un pot d'ailoli et d'une garniture de légumes.

Le filet de morue est rarement utilisé dans nos recettes. Nous cuisinons par contre fréquemment la brandade de morue « maison » qui fait partie des plats traditionnels incontournables.

Secteur : Privé

Type de convives : Enfants, Adultes, Personnes âgées

Nombre de couverts/jour : 2000



Didier Brottes
Responsable qualité



Sandrine Rajaud
Diététicienne



Restauration Collective, en partenariat avec la Société VICI, vous propose depuis 12 ans la rubrique « Les cahiers de l'acheteur - CCTP mode d'emploi ». Ce guide pratique présente 4 produits détaillés et comparés au travers des fiches techniques fournies par les industriels et les distributeurs. Un grand merci à eux pour leur collaboration.



Filet de morue

*Filet de morue, salé ou dessalé, surgelé, pièce de 100 g à 1 kg.
La morue est le plus souvent proposée accompagnée de pommes de terre vapeur et d'une sauce relevée, type aïoli. Elle entre également dans la composition des accras et de la brandade.*



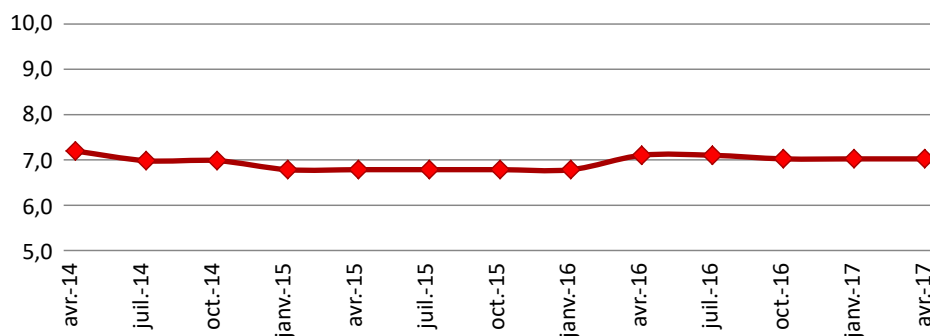
En raison de sa faible teneur en matières grasses (+/- 1 %) qui lui permet de faire partie de la famille des poissons dits « maigres », et d'une valeur énergétique relativement basse (61 à 77 kcal pour nos offres), la morue est généralement considérée comme un aliment « sain ». Si sa consommation semble donc recommandée, il convient toutefois de tenir compte de certains paramètres. Le mode de préparation de la morue nécessite en effet l'ajout de sel dans des quantités non négligeables. On peut notamment le voir au travers de notre sélection, ce taux se situe entre 1,7 et 2 g pour 100 g de produit fini. S'il n'est pas utile de faire dessaler les filets de morue avant utilisation, comme le précisent les industriels, il convient toutefois de bien doser la quantité de sel que vous rajouterez à votre préparation. Par ailleurs, optez pour un filet de poisson n'ayant pas subi de salage au préalable si certains de vos convives suivent un régime sans sel.

De plus, nos offres sont toutes proposées avec peau, et ne sont pas exemptes d'arêtes. Ainsi, il peut être judicieux de les réserver uniquement à une population adulte. D'un point de vue écologique, il est également important de connaître la zone de pêche de la morue. En effet, dans certaines zones, telles que la mer Celtique, des Féroés, voire du Nord, on estime qu'il existe une surexploitation des stocks de ce poisson, pouvant entraîner sa disparition à plus ou moins court terme. Au contraire, les stocks du Nord-Est Arctique, ou encore islandais, sont exploités durablement. Bien entendu, il n'est pas évident de connaître les zones à privilégier. Dans vos achats, vous pouvez néanmoins vous référer au logo MSC (Marine Stewardship Council) que possèdent deux de nos offres, et qui certifie que le poisson provient d'une pêche responsable et durable.

Le saviez-vous ?

La morue et le cabillaud sont en fait un seul et même poisson. On utilise le terme cabillaud lorsque celui-ci est vendu frais ou surgelé, et qu'il n'a subi aucune modification autre que la découpe. Quand ce dernier est salé et/ou séché, on lui donne l'appellation de morue. En Norvège, s'il est pêché en période de frai, on le nomme aussi « skrei ».

Evolution de l'indice tarifaire 2014-2017



Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pour une présentation plus estivale, parsemez de flocons de morue vos salades et assaisonnez-les avec une vinaigrette au jus d'agrume.

Thèmes & Recettes

Les Îles : Féroce d'avocat

Le Portugal : Guisado de bacalhau

Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	Matières grasses	dont AGS	Rapport P/L	Sel	Industriels Marque
BRAKE	74504	63 kcal	11,6 %	2,0 %	1,0 %	0,1 %	11,60	2,0 g	ICELANDIC FREEZING PLANTS IBERICA Sans marque
DAVIGEL	12073530	74 kcal	16,9 %	0,2 %	0,6 %	0,1 %	28,17	1,7 g	DAVIGEL Terre et Mer
FRANCE FRAIS	110328	77 kcal	17,1 %	< 0,1 %	0,9 %	0,2 %	19,00	2,0 g	NORDIC SEAFOOD FRANCE Nordic Seafood
KRILL	452195	77 kcal	18,0 %	NC	0,6 %	0,1 %	31,58	1,7 g	NC
PASSION FROID	3428	67 kcal	16,0 %	NC	0,3 %	NC	53,33	2,0 g	NC
RELAIS D'OR	935001	61 kcal	14,0 %	NC	0,6 %	NC	23,33	2,0 g	NC
TRANSGOURMET	248098	54 kcal	12,0 %	NC	0,5 %	0,2 %	24,00	1,8 g	CABOMAR Sans marque

Comparaison des offres

	Référence	Etat Aspect	Type de poisson et %	Type de pêche	Zone de pêche	Label de qualité	Sel et %	Industriels Marque
BRAKE	74504	filet, avec peau, avec arêtes	morue 98,3 %, <i>Gadus morhua</i> , sauvage	chalut, ligne, hameçon	Océan Atlantique Nord-Est, FAO 27 V Islande et Féroé	en cours de certification MSC	1,7 %	ICELANDIC FREEZING PLANTS IBERICA Sans marque
DAVIGEL	12073530	filet, avec peau, pauvre en arêtes	morue 97,7 à 98,3 %, <i>Gadus morhua</i> , sauvage	chalut	Océan Atlantique Nord-Est, FAO 27 V Islande et Féroé	MSC	1,7 %	DAVIGEL Terre et Mer
FRANCE FRAIS	110328	filet, avec peau, pauvre en arêtes	morue 98 % minimum, <i>Gadus morhua</i> , sauvage	chalut	Océan Atlantique Nord-Est, FAO 27 II Mer de Norvège	/	< 2 %	NORDIC SEAFOOD FRANCE Nordic Seafood
KRILL	452195	filet, avec peau, pauvre en arêtes	morue 98,3 %, <i>Gadus morhua</i> , sauvage	chalut, ligne	Océan Atlantique Nord-Est, FAO 27 V Islande	/	1,7 %	NC
PASSION FROID	3428	filet, avec peau	morue 98 %, <i>Gadus morhua</i> , NC	NC	Océan Atlantique Nord-Est, FAO 27	MSC	2 %	NC
RELAIS D'OR	935001	filet, avec peau, pauvre en arêtes	morue 98 % minimum, <i>Gadus morhua</i> , sauvage	chalut, ligne, hameçon	Océan Atlantique Nord-Est, FAO I Mer de Barents, FAO 27 II Mer de Norvège, FAO 27 V Islande et Féroé	/	< 2 %	NC
TRANSGOURMET	248098	filet, avec peau, avec arêtes	morue % NC, <i>Gadus morhua</i> , sauvage	chalut	Océan Atlantique Nord-Est, FAO 27 V Islande et Féroé	/	1,8 %	CABOMAR Sans marque

	Référence	Allergènes majeurs	Mise en œuvre	Pays de transformation	DDM	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	74504	poisson	avec décongélation, sans déssalage	Islande, Russie	24 mois	filet 200/500 g, IQF, simple congélation à terre, carton de 5 kg	ICELANDIC FREEZING PLANTS IBERICA Sans marque
DAVIGEL	12073530	poisson	avec décongélation, sans déssalage	Islande	24 mois	filet 200/700 g, IQF, simple congélation à terre, carton 4,5 kg	DAVIGEL Terre et Mer
FRANCE FRAIS	110328	poisson	avec décongélation, sans déssalage	Chine	24 mois	filet 100/500 g, IQF, double congélation à terre, carton 5 kg	NORDIC SEAFOOD FRANCE Nordic Seafood
KRILL	452195	poisson	avec décongélation, sans déssalage	Islande	> 18 mois	filet 500/1000 g, IQF, simple congélation à terre, carton 10 kg	NC
PASSION FROID	3428	poisson	avec décongélation, sans déssalage	NC	24 mois	filet 100/500 g, IQF, type de congélation NC, carton 5 kg	NC
RELAIS D'OR	935001	poisson	avec décongélation, sans déssalage	NC	24 mois	filet 100/500 g, IQF, double congélation à terre, carton 5 kg	NC
TRANSGOURMET	248098	poisson	avec décongélation, sans déssalage	Islande	12 mois	filet 100/500 g, IQF, simple congélation à terre, carton 5 kg	CABOMAR Sans marque

On remarque que deux méthodes pour congeler le poisson peuvent être utilisées par les industriels : la simple ou la double congélation. Quelles différences entre les deux, et surtout quelles influences sur la qualité gustative du produit ? La double congélation consiste à surgeler un poisson entier au moment de la

pêche, puis à l'envoyer dans un pays où il sera alors travaillé (filetage, découpage...) souvent à moindre coût. Il sera ensuite recongelé pour être mis en vente sur le marché. Lors de la mise en œuvre, ce produit risque de perdre beaucoup d'eau à la cuisson et la texture obtenue sera alors sèche et fibreuse, en résumé

le produit sera de qualité moyenne, voire médiocre. La simple congélation n'occasionne pas ce type de désagréments puisque le poisson est pêché et directement travaillé avant d'être congelé. La qualité est dans ce cas supérieure à la double congélation.

Beignet de calamar à la romaine

Beignet de calamar, pré-frit, surgelé IQF, sachet de 1 kg.

Les beignets de calmars sont généralement proposés en tant que plat principal, agrémentés d'une salade verte et d'un quartier de citron. Ils se marient également très bien avec une ratatouille ou un tian provençal.



Parmi nos sept offres, six d'entre elles affichent une teneur identique en céphalopodes, à savoir 40 %, alors que celle restante en possède seulement 30 %. Pour l'ensemble de notre sélection, le constituant principal s'avère donc être l'enrobage (60 à 70 %). Ainsi, ces préparations qui sont à inclure dans la catégorie des beignets, panés ou enrobés de poisson, vont voir leur fréquence de présentation limitée à 3/20 repas maximum (ou 3/28 au niveau des personnes âgées en institution), en raison d'une teneur en denrée protidique inférieure aux 70 % du grammage minimal préconisé par le GEMRCN. En effet, en respectant les poids portions recommandés pour les différentes catégories de population, la teneur en calmars ne sera que de 20 g pour les maternelles, 28 g pour les élémentaires et 40 à 48 g pour les catégories d'âges supérieurs, alors qu'elle devrait être respectivement de 35 g, 50 g et

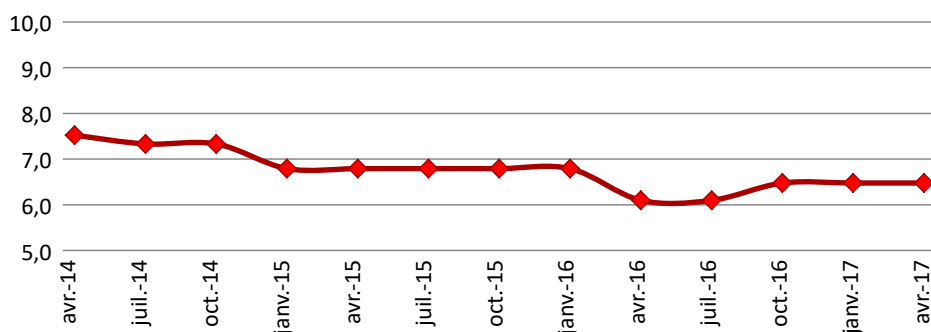
70 g minimum. D'autre part, ces préparations possèdent toutes un rapport P/L (Protéines/Lipides) inférieur à 1 (0,79 à 0,90), et ce critère est également limitatif : 2/20 repas maximum (ou 3/28 pour les personnes âgées en institution). Les beignets de calmars étant des aliments pré-frits, vous devez aussi tenir compte de la teneur en matières grasses contenue dans le produit fini. A première vue, celle-ci ne semble pas poser de problème, puisqu'elle est comprise entre 7,3 et 7,6 %. Toutefois, un passage en friteuse pour la plupart de nos offres s'avère nécessaire, ce qui ne permet plus de garantir un taux de matières grasses inférieur à 15 %. Dans le doute, nous considérerons ces beignets comme des « produits à frire ou pré-frits contenant plus de 15 % de lipides ». Comme on peut le constater, ces préparations sont donc à servir avec modération.

Question d'un acheteur

Quelle quantité de beignets faut-il prévoir en fonction des différentes catégories d'âges ?

La mise en œuvre n'occasionnant pas de perte de poids, prévoyez 50 g pour les maternelles, 70 g pour les élémentaires et le dîner des personnes âgées en institution (contre 100 g pour le déjeuner), et 100 à 120 g pour les adolescents et les adultes. Notons qu'il est déconseillé de servir ce type de produit à des enfants de moins de trois ans.

Evolution de l'indice tarifaire 2014-2017



Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pour plus de saveur, servez vos beignets de calmars accompagnés d'une rouille rehaussée d'une pointe de pastis.

Thèmes & Recettes

L'Espagne : Rosquilla de calamar
La mer : Beignet de la Costa Brava

Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	Matières grasses	dont AGS	Rapport P/L	Sel	Industriels Marque
BRAKE	6421	206 kcal	6,6 %	27,3 %	7,3 %	1,7 %	0,90	1,8 g	BRAKE Brake Euro
DAVIGEL	12154875	206 kcal	6,6 %	27,3 %	7,3 %	1,7 %	0,90	1,8 g	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	111312	206 kcal	6,6 %	27,3 %	7,3 %	1,7 %	0,90	1,8 g	GEL PÊCHE Sans marque
KRILL	458035	206 kcal	6,6 %	27,3 %	7,3 %	1,7 %	0,90	1,8 g	NC
PASSION FROID	42989	206 kcal	6,6 %	27,3 %	7,3 %	1,7 %	0,90	1,8 g	NC
RELAIS D'OR	937709	206 kcal	6,6 %	27,3 %	7,3 %	1,7 %	0,90	1,8 g	NC
TRANSFOURMET	300481	208 kcal	6,0 %	29,0 %	7,6 %	1,5 %	0,79	1,1 g	TRANSFOURMET Transfourmet Quality

Comparaison des offres

	Référence	Etat Aspect	Répartition et %	Mollusque et %	Type de pêche	Pays de transformation	Zone de pêche	Industriels Marque
BRAKE	6421	pré-frit	encornet 40 %, enrobage 60 %	encornet géant 40 %, <i>Dosidicus gigas</i> , sauvage	ligne, hameçon	Espagne	Océan Pacifique Centre-Est FAO 77, océan Pacifique Sud-Est FAO 87	BRAKE Brake Euro
DAVIGEL	12154875	pré-frit	encornet 40 %, enrobage 60 %	encornet géant 40 %, <i>Dosidicus gigas</i> , sauvage	ligne, chalut	Espagne	Océan Pacifique Centre-Est FAO 77, océan Pacifique Sud-Est FAO 87	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	111312	pré-frit	encornet 40 %, enrobage 60 %	encornet géant 40 %, <i>Dosidicus gigas</i> , sauvage	ligne, hameçon	Espagne	Océan Pacifique Sud-Est FAO 87	GEL PÊCHE Sans marque
KRILL	458035	pré-frit	encornet 40 %, enrobage 60 %	encornet géant 40 %, <i>Dosidicus gigas</i> , sauvage	NC	Espagne	Océan Pacifique Sud-Est FAO 87	NC
PASSION FROID	42989	pré-frit	encornet 40 %, enrobage 60 %	encornet géant 40 %, <i>Dosidicus gigas</i> , NC	NC	Espagne	NC	NC
RELAIS D'OR	937709	pré-frit	encornet 40 %, enrobage 60 %	encornet géant 40 %, <i>Dosidicus gigas</i> , NC	NC	Espagne	NC	NC
TRANSGOURMET	300481	pré-frit	encornet 30 %, enrobage 70 %	anneaux de calamar 30 %, <i>Illex argentinus</i> , NC	ligne, chalut, hameçon	Espagne	Océan Atlantique Sud-Ouest, FAO 41	TRANSGOURMET Transgourmet Quality

	Référence	Autres ingrédients et %	Colorant Additif Arôme	Mise en œuvre	DDM	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	6421	farine de blé % NC, sucre % NC, sel % NC, huile de tournesol < 7 %	colorant, amidon de blé, épaississant, poudre à lever	sans décongélation, en friteuse 180/190 °C, 2 à 3 min	18 mois	surgelé, IQF, sachet de 1 kg, 45/55 pièces par kg, 6 x 1 kg	BRAKE Brake Euro
DAVIGEL	12154875	farine de blé % NC, fécule de pomme de terre % NC, sucre 2 %, sel 1,7 %, huile de tournesol % NC	colorant, amidon de blé, épaississant, levure, poudre à lever	sans décongélation, en friteuse, 2 à 3 min	18 mois	surgelé, IQF, sachet de 1 kg, 40/60 pièces par kg, 6 x 1 kg	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	111312	farine de blé ≤ 30 %, fécule de pomme de terre ≤ 8 %, sucre ≤ 0,5 %, sel ≤ 2 %, huile de tournesol < 7 %	correcteur d'acidité, épaississant, stabilisant	sans décongélation, en friteuse 185/195 °C, 17 à 22 secondes	24 mois	surgelé, IQF, sachet de 1 kg, 40/60 pièces par kg, 8 x 1 kg	GEL PÊCHE Sans marque
KRILL	458035	farine de blé % NC, sucre % NC, sel % NC, huile de tournesol % NC	colorant, amidon de blé, levure, épaississant, poudre à lever	sans décongélation, à la poêle ou en friteuse 180/190 °C, 2 min	18 mois	surgelé, IQF, sachet de 1 kg, 45/56 pièces par kg, 6 x 1 kg	NC
PASSION FROID	42989	farine de blé % NC, fécule de pomme de terre % NC, sucre % NC, sel % NC, huile de tournesol % NC	colorant, amidon de blé, levure, épaississant, poudre à lever	sans décongélation, en friteuse 185 °C	18 mois	surgelé, IQF, sachet de 1 kg, 40/60 pièces par kg, 6 x 1 kg	NC
RELAIS D'OR	937709	farine de blé % NC, sucre % NC, sel % NC, huile de tournesol % NC	amidon de blé, levure, épaississant, poudre à lever	sans décongélation, au four ventilé 180 °C, 5 à 7 min, ou en friteuse 180 °C, 3 à 4 min	18 mois	surgelé, IQF, sachet de 1 kg, nombre de pièces par kg NC, 8 x 1 kg	NC
TRANSGOURMET	300481	farine de blé et farine de maïs moyenne > 20 %, sucre 3,4 %, sel 1,2 à 1,8 %, huile de tournesol % NC	colorant, amidon de maïs, antioxydant, épaississant, poudre à lever, stabilisant, arôme ail et citron	sans décongélation, en friteuse 170/190 °C, 10 à 20 secondes	12 mois	surgelé, IQF, sachet de 1 kg, nombre de pièces par kg NC, 6 x 1 kg	TRANSGOURMET Transgourmet Quality

Conformément au règlement n° 1379/2013, lorsque toutes les espèces d'un genre identique peuvent être désignées sous la même dénomination commerciale, comme c'est le cas pour le calamar, le nom latin de l'espèce doit obligatoirement être indiqué sur l'étiquetage. Ainsi, cela nous permet de voir que l'offre contenant 30 % de calamars est la seule à être élaborée à partir de l'espèce

« *Illex argentinus* », également connue sous le nom d'encornet rouge argentin. Le reste de notre sélection est quant à elle confectionnée avec l'espèce « *Dosidicus gigas* », appelée aussi calamar ou encornet géant. En fonction des produits, l'utilisation d'espèces différentes peut avoir un impact sur la qualité gustative, ce qui rend cette information utile pour le consommateur.



Chorizo cular

Chorizo cular, pièce de 1,5 à 1,8 kg.

Le chorizo cular est généralement servi finement tranché, accompagné d'autres charcuteries et agrémenté d'olives et/ou de cornichons.



Le chorizo se présente le plus souvent sous deux formes : soit courbé et fin, avec une longueur totale d'environ 25 à 30 cm pour un diamètre ne dépassant pas 3 cm, soit, comme c'est le cas pour notre sélection, droit, avec une longueur et un diamètre respectivement supérieurs à 40 cm et 6 cm. Le poids est donc très différent, puisque dans le premier cas le chorizo pèse environ 200 à 250 g, contre 1,5 à 1,8 kg pour nos offres. Ainsi, en fonction des grammages recommandés par le GEMRCN, à savoir 30 g pour les maternelles et les élémentaires, 50 g pour les personnes âgées en institution (déjeuner ou dîner), et 40 à 50 g pour les adolescents et les adultes, vous pourrez réaliser entre 30 et 60 tranches à partir de nos offres.

Au niveau de la confection des chorizos, on remarque que la quantité de viande de

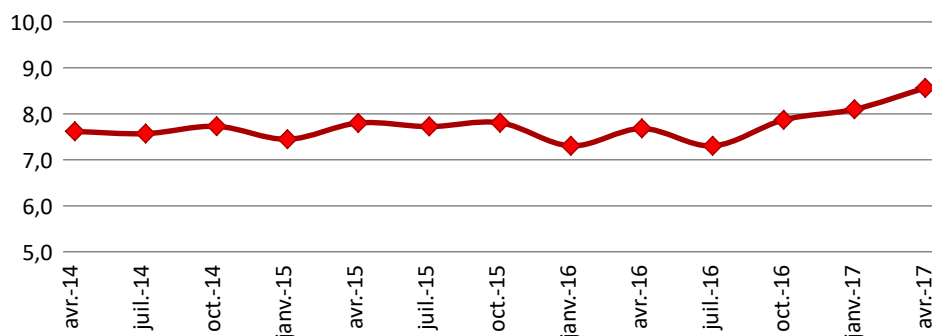
porc mise en œuvre dans 100 g de produit fini est relativement homogène, puisqu'elle est comprise entre 115 et 124 g. Toutefois, il semble que les morceaux utilisés soient très différents. En effet, la viande de porc est le seul ingrédient pouvant avoir une influence sur la teneur en matières grasses. Or, suivant nos offres, on constate que cette dernière passe presque du simple au double. Elle oscille notamment entre 17,2 et 32,8 %, ce qui peut donc influencer votre choix. Néanmoins, même en sélectionnant l'offre la plus faible en matières grasses, cette entrée verra sa fréquence de présentation limitée à 4/20 repas maximum des élèves de maternelle jusqu'aux adultes (contre au maximum 12/28 déjeuners et 2/28 dîners pour les personnes âgées en institution) puisque cette teneur reste supérieure à 15 %.

Question d'un acheteur

Le chorizo peut-il être confectionné avec des viandes autres que celle de porc ?

Oui. D'après le codes des usages de la charcuterie, les viandes de bœuf, de cheval, d'âne ou de mulet peuvent également être utilisées en complément de la viande de porc (ou bien seules). Notons que le gras de ces espèces peut aussi être employé. Toutes les autres viandes sont exclues.

Evolution de l'indice tarifaire 2014-2017



Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pensez au chorizo cular pour remplacer le bacon dans vos burgers aux notes ibériques.

Thèmes & Recettes

Le goût : Ragoût de pois chiches piquante

L'Espagne : Plancha de tapas

Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	Matières grasses	dont AGS	Rapport P/L	Sel	Industriels Marque
BRAKE	49278	287 kcal	25,2 %	3,2 %	17,1 %	7,1 %	1,47	3,6 g	FRANCE SALAISONS Sans marque
FRANCE FRAIS	36763	411 kcal	25,0 %	4,0 %	32,8 %	11,6 %	0,76	NC	IBANEZ Ibanez
KRILL	54391	326 kcal	22,0 %	1,0 %	26,0 %	9,8 %	0,85	4,2 g	KRILL Krill Essentiel
PASSION FROID	27204	282 kcal	26,0 %	3,4 %	18,0 %	6,5 %	1,44	3,6 g	DIAZ Diaz
PRO A PRO	100704	375 kcal	26,9 %	2,4 %	30,3 %	11,5 %	0,88	4,5 g	GAMBOA Sans marque
RELAIS D'OR	936078	268 kcal	25,0 %	3,2 %	17,2 %	7,1 %	1,45	3,6 g	NC
TRANSFOURMET	242843	376 kcal	21,0 %	3,3 %	31,0 %	12,0 %	0,68	3,0 g	SANCHEZ ALCARAZ Sanchez Alcaraz

Comparaison des offres

	Référence	Etat Aspect	Type de viande et %	Type de boyau	Autres ingrédients et %	Colorant Additif	Industriels Marque
BRAKE	49278	doux, longueur 48 cm (+/- 2 cm) Ø 7 cm	viande de porc 91,2 %, dont 121 g à la mise en œuvre pour 100 g de produit fini	collagénique	piment 2,4 %, épices et plantes aromatiques 0,3 %, dextrose 0,5 %, lactose 2,6 %	colorant, antioxydant conservateur, ferment	FRANCE SALAISONS Sans marque
FRANCE FRAIS	36763	doux, longueur 46 cm, Ø 8 cm	viande de porc 92 %, dont quantité à la mise en œuvre NC	NC	paprika piquant % NC, ail % NC, dextrose % NC, sucre % NC, lactose % NC, protéines de lait % NC	colorant, antioxydant, conservateur, correcteur d'acidité, exhausteur de goût, protéines isolées de soja, stabilisant	IBANEZ Ibanez
KRILL	54391	longueur 43 cm, Ø 7 cm	viande de porc 90,4 %, dont 120 g à la mise en œuvre pour 100 g de produit	collagénique	piment 1,4 %, épices 0,2 %, dextrose % NC, sucre % NC, lactose % NC	colorant, antioxydant, conservateur	KRILL Krill Essentiel
PASSION FROID	27204	doux, longueur 48 cm, Ø 7 cm	viande de porc 91,2 %, dont 121 g à la mise en œuvre pour 100 g de produit fini	collagénique	piment 2,4 %, épices et plantes aromatiques 0,3 %, dextrose 0,5 %, lactose 2,6 %	colorant, antioxydant, conservateur, ferment	DIAZ Diaz
PRO A PRO	100704	doux, longueur 50 cm, Ø 6,5 cm	viande de porc % NC, dont 124 g à la mise en œuvre pour 100 g de produit fini	collagénique	NC	NC	GAMBOA Sans marque
RELAIS D'OR	936078	longueur 46 cm, Ø 7 cm	viande de porc % NC, dont 121 g à la mise en œuvre pour 100 g de produit fini	NC	piment % NC, épices et plantes aromatiques % NC, dextrose % NC, lactose % NC	colorant, antioxydant, conservateur, ferment	NC
TRANSGOURMET	242843	doux, longueur 45 cm, Ø 7 cm	viande de porc % NC, dont 115 g à la mise en œuvre pour 100 g de produit fini	collagénique ou fibreuse	épice 1,9 %, ail 0,5 %, dextrose, 0,6 %, sucre 1,4 %, protéines de lait 1,4 %	antioxydant, conservateur, protéines végétales	SANCHEZ ALCARAZ Sanchez Alcaraz

	Référence	Temps de maturation	Origine de la matière première	Pays de transformation	DDM	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	49278	14 jours +/-	UE	France	4 mois	conditionnement NC, pièce 1,8 kg, 2 x 1,8 kg	FRANCE SALAISONS Sans marque
FRANCE FRAIS	36763	35 jours	NC	NC	6 mois	sous vide, pièce 1,7 kg, 4 x 1,7 kg	IBANEZ Ibanez
KRILL	54391	NC	Espagne	Espagne	3 mois	sous atmosphère protectrice, pièce 1,5 kg, 2 x 1,5 kg	KRILL Krill Essentiel
PASSION FROID	27204	14 jours +/-	UE des 15	France	4 mois	sous vide, pièce 1,8 kg, 4 x 1,8 kg	DIAZ Diaz
PRO A PRO	100704	25 jours	Espagne	Espagne	9 mois	sous vide, pièce 1,6 à 1,9 kg, 4 x 1,6 à 1,9 kg	GAMBOA Sans marque
RELAIS D'OR	936078	NC	NC	France	3 mois	sous vide, pièce 1,6 kg, 2 x 1,6 kg	NC
TRANSGOURMET	242843	30 à 35 jours	Allemagne, Chine, Espagne, France, Inde, Pays-Bas	Espagne	5 mois	sous vide, pièce 1,8 kg, 4 x 1,8 kg	SANCHEZ ALCARAZ Sanchez Alcaraz

Bien qu'utilisé en petite quantité, le piment est un ingrédient incontournable dans la fabrication du chorizo. C'est ce qui fait la particularité de cette charcuterie. On peut trouver des chorizos dits « forts » ou bien, comme cela est précisé pour cinq de nos offres, des « doux ». Dans notre sélection,

on constate toutefois que la quantité de piments mise en œuvre varie entre 1,4 à 2,4 %. Donc, soit certains chorizos dits « doux » sont un peu plus forts que les autres, soit les piments utilisés possèdent des puissances différentes. Cette charcuterie est également riche en sel. A titre

d'exemple, une portion de 50 g destinée à un adulte en apporte entre 1,5 à 2,2 g. Pour un homme, cela représente 18 à 27 % des apports journaliers recommandés, contre 23 à 34 % pour une femme. C'est donc une raison supplémentaire pour consommer le chorizo avec modération.

Filet de maquereau en escabèche

Filets de maquereaux, sauce escabèche, boîte 4/4 ou 3/1.

Les maquereaux en sauce escabèche sont généralement servis accompagnés de feuille de salade et/ou d'une tranche de citron.



On remarque que la quantité de maquereau mise en œuvre est identique pour l'ensemble de notre sélection. Ce poisson représentant 57 % du produit fini, il est donc l'ingrédient principal. Des différences sont par contre à noter au niveau de la marinade. Ainsi, pour les offres dont les pourcentages nous ont été communiqués, le taux de vinaigre d'alcool oscille entre 7,9 et 11,6 %, ce qui peut influencer sur le goût du produit en augmentant son acidité. La quantité d'huile varie quant à elle entre 5,8 et 16,8 %. Cette différence est perceptible au niveau de la valeur nutritionnelle du produit, qui passe respectivement de 151 à 256 kcal, ce qui est normal, puisque le taux de matières grasses se retrouve alors compris entre 10,6 et 22,5 %. D'habitude, les entrées supérieures à 15 % de lipides ont une fréquence de présentation limitée, mais exception est faite pour les poissons

gras dont fait partie le maquereau. Ce dernier est en effet utile pour l'équilibre nutritionnel global car il apporte des acides gras oméga-3 à longue chaîne et de la vitamine D. De plus, trois industriels utilisent de l'huile de colza. Cette dernière est reconnue pour être la meilleure source d'oméga-3, et elle possède un excellent rapport entre sa teneur en acides gras oméga-6 et oméga-3. Au niveau des grammages*, comptez 50 g pour les personnes âgées en institution et 40 à 50 g pour les adolescents et les adultes. Vous pouvez également servir des portions de 30 g pour les maternelles et les élémentaires, mais ce produit peut s'avérer un peu trop relevé pour eux. Des maquereaux à la tomate seront dans ce cas peut être plus adaptés.

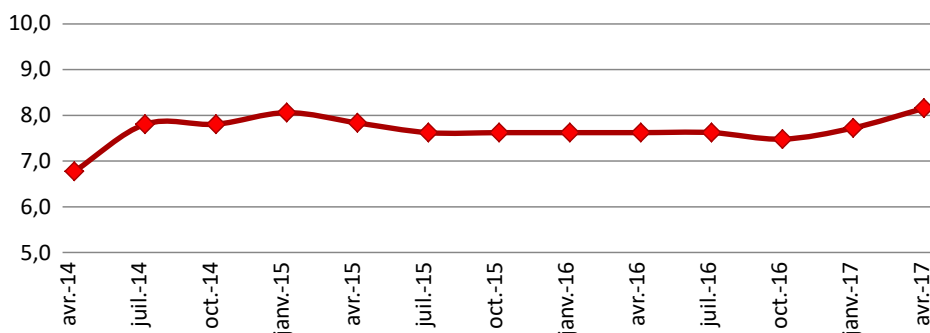
* Ces grammages s'entendent sur la quantité de poisson, hors marinade

Question d'un acheteur

D'où vient le terme « escabèche » ?

Ce nom féminin est d'origine espagnol. Il signifie « étêter ». Ce terme a été donné aux préparations à bases de poissons, comme les sardines ou les maquereaux, que l'on mettaient à macérer dans une marinade à base d'huile d'olive et de vinaigre, après avoir retiré la tête.

Evolution de l'indice tarifaire 2014-2017



Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pour changer un peu, vous pouvez agrémenter vos filets de maquereaux de lamelles d'avocats et de feuilles de basilic.

Thèmes & Recettes

Le goût : Petits filets à l'orange

Les vacances : Tarte salée d'Algarve

Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	Matières grasses	dont AGS	Rapport P/L	Sel	Industriels Marque
BRAKE	14524	256 kcal	11,6 %	1,8 %	22,5 %	4,3 %	0,52	0,7 g	JEAN FRANÇOIS FURIC Keriti
EPISAVEURS	66798	151 kcal	11,6 %	1,6 %	10,6 %	1,8 %	1,09	1,0 g	DELPierre MER ET TRADITION Petit Pierre
PRO A PRO	6934	256 kcal	11,6 %	1,8 %	22,5 %	4,3 %	0,52	0,5 g	JEAN FRANÇOIS FURIC Keriti
TRANSGOURMET	141887	186 kcal	10,0 %	1,5 %	15,0 %	2,4 %	0,67	0,7 g	SAUPIQUET Furic-Saupiquet

Comparaison des offres

	Référence	Répartition et %	Type de poisson et %	Zone de pêche	Autres ingrédients et %	Industriels Marque
BRAKE	14524	filet de maquereau 57 %, sauce 43 %	maquereau 57 %, <i>Scomber scombrus</i>	Océan Atlantique Nord-Est, FAO 27	vinaigre d'alcool 11,6 %, huile de colza 16,8 %, oignon 2,2 %, concentré de tomate 0,9 %, plantes aromatiques et épices 1,4 %, arômes naturels 0,04 %, épaississant 0,17 %	JEAN FRANÇOIS FURIC Keriti
EPISAVEURS	66798	filet de maquereau 57 %, sauce 43 %	maquereau 57 %, <i>Scomber scombrus</i>	Océan Atlantique Nord-Est	vinaigre d'alcool 7,9 %, huile de colza 5,8 %, oignon 2,7 %, double concentré de tomate 2,6 %, persil 0,1 %, piment fort < 0,1 %, arôme naturel d'ail < 0,1 %, sucre 0,3 %, amidon modifié de maïs 0,3 %, épaississant < 0,1 %	DELPierre MER ET TRADITION Petit Pierre
PRO A PRO	6934	filet de maquereau 57 %, sauce 43 %	maquereau 57 %, <i>Scomber scombrus</i>	Océan Atlantique Nord-Est, FAO 27	vinaigre d'alcool 11,6 %, huile de colza 16,8 %, oignon 2,2 %, concentré de tomate 0,9 %, plantes aromatiques et épices 1,4 %, arômes naturels 0,04 %, épaississant 0,17 %	JEAN FRANÇOIS FURIC Keriti
TRANSGOURMET	141887	filet de maquereau 57 %, sauce 43 %	maquereau 57 %, <i>Scomber scombrus</i>	Océan Atlantique Nord-Est, Océan Atlantique Nord-Ouest	vinaigre d'alcool % NC, huile de tournesol % NC, oignon 3 %, concentré de tomate % NC, échalote % NC, ail % NC, persil % NC, épices % NC, arômes naturels % NC, épaississant % NC, colorant	SAUPIQUET Furic-Saupiquet

	Référence	Pays de transformation	DDM	Durée de conservation après ouverture	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	14524	France, Bretagne	3 ans	48 heures en enceinte réfrigérée 0/4 °C, dans un récipient hermétique	boîte 3/1, stérilisée, poids net 2,120 kg, poids net égoutté 1,205 g, pack de 3 boîtes	JEAN FRANÇOIS FURIC Keriti
EPISAVEURS	66798	France	2 ans	48 heures en enceinte réfrigérée 0/4 °C	boîte 4/4, stérilisée, ouverture facile, poids net 0,705 kg, poids net égoutté 0,350 kg, pack de 6 boîtes	DELPierre MER ET TRADITION Petit Pierre
PRO A PRO	6934	France, Bretagne	3 ans	48 heures en enceinte réfrigérée 0/4 °C, dans un récipient hermétique	boîte 3/1, stérilisée, poids net 2,120 kg, poids net égoutté 1,205 g, pack de 3 boîtes	JEAN FRANÇOIS FURIC Keriti
TRANSGOURMET	141887	France, Bretagne	3 ans	48 heures en enceinte réfrigérée 0/4 °C, dans un récipient hermétique	boîte 4/4, stérilisée, ouverture facile, poids net 0,705 kg, poids net égoutté NC, pack de 6 boîtes	SAUPIQUET Furic-Saupiquet

Références

• **Le cabillaud** : Guide des espèces à l'usage des professionnels, édition 2016.
<http://guidedesespeces.org/fr/cabillaud>

• **Le logo MSC** : Marine Stewardship Council – Label de Pêche Durable.
<https://www.msc.org/fr>

• **Comment sélectionner des produits de qualité** : Davigel
<https://www.davigel.fr/tendances/comment-selectionner-des>

• **Céphalopodes** : DGCCRF (Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes) en date du 26/02/2016
<http://www.economie.gouv.fr/dgccrf/Cephalopodes>

• **Le Chorizo** Code des usages de la charcuterie, de la salaison et des conserves de viandes, édition 2011, page 2,109

• **Le sel** : Consommation et recommandations
<https://www.anses.fr/fr/content/le-sel>

• **Escabèche** : Définition
<http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/escab%C3%A8che/30919>

GEMRCN (Groupe d'étude des marchés de restauration collective et de nutrition), Recommandation relative à la nutrition, Juillet 2015.
Base de données **AIDOMENU**, Evolutions tarifaires **SARA**, **Panel d'acheteurs de collectivités**