

# 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

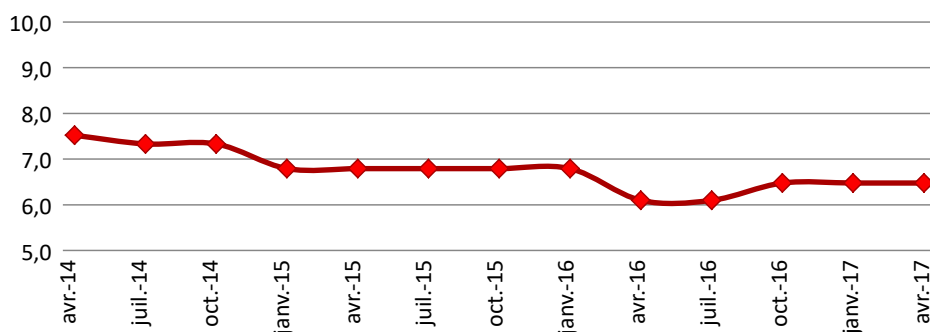
70 g minimum. D'autre part, ces préparations possèdent toutes un rapport P/L (Protéines/Lipides) inférieur à 1 (0,79 à 0,90), et ce critère est également limitatif : 2/20 repas maximum (ou 3/28 pour les personnes âgées en institution). Les beignets de calmars étant des aliments pré-frits, vous devez 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
TRANSGOURMET	300481	208 kcal	6,0 %	29,0 %	7,6 %	1,5 %	0,79	1,1 g	TRANSGOURMET Transgourmet 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, féculé 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 %, féculé 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, féculé 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.

