

CCTP « mode d'emploi »

Les grillades de la mer

Un peu plus fragile et délicat à faire griller que la viande mais tout aussi savoureux, le poisson, qu'il soit entier, en brochette ou encore en filet, mérite amplement une place sur nos grills et planchas.



Didier Brottes
Responsable qualité



Sandrine Rajaud
Diététicienne

A lors qu'en restauration collective on constate souvent une nette aversion lorsque l'on propose du poisson, notamment au niveau des enfants, des adolescents et des personnes âgées, sa consommation dans le monde depuis cinquante ans a pourtant doublé, passant ainsi de 10 kg par habitant et par an dans les années 60, à plus de 20 kg actuellement. Cette augmentation s'explique en grande partie par l'important développement de l'aquaculture, qui depuis 2014 permet de fournir plus de la moitié du poisson destiné à l'alimentation humaine. Au niveau du secteur de la pêche, des quotas ont par contre dû être imposés afin de préserver les stocks jugés non durables dans le temps

et ce, pour un grand nombre d'espèces. En effet, le poisson qui est l'une des denrées alimentaires les plus marchandées à travers le globe, fait partie des ressources qu'il faut impérativement préserver. Nutritionnellement le poisson est intéressant grâce à ses apports, en acides gras essentiels, en protéines de haute qualité, en vitamines (A, D et B) et en minéraux, mais aussi pour sa faible teneur en matière grasse.

La sélection du mois

- Brochette de poisson
- Steak de thon
- Pavé de saumon
- Filet de rouget



Restauration Collective, en partenariat avec la Société VICI, vous propose depuis 13 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.

L'avis de...



NICOLAS BARDET – RESPONSABLE DE CUISINE
Maison de Retraite de Groisne Constance – Culhat (63)

Nous servons des pavés de saumon en moyenne une fois toutes les cinq semaines. Ils sont principalement proposés avec une sauce beurre blanc, mais malgré cela, cette préparation reste moyennement appréciée des pensionnaires et des élèves car le poisson ne fait pas partie des aliments qu'ils affectionnent. En général, pour leur faire consommer du poisson, on se tourne plutôt vers des préparations de type brandade de morue, qui plaît surtout parce qu'il y a de la purée, ou encore de la paëlla. Nous avons également cuisiné des brochettes de poisson, mais le retour n'a pas été concluant. Malgré la préparation, le produit ne nous a pas donné satisfaction. Quant au steak de thon et au filet de rouget, ils ne font pas partie des poissons que nous utilisons. On propose surtout des dos de colin ou de cabillaud, ou bien, lorsque c'est possible, des filets de flétan. Quand il nous reste des fins de stocks, nous en profitons pour confectionner soit des gratins, soit des terrines de poisson maison.

Secteur : Public

Type de convives : Maternelles, Primaires, Personnes Agées

Nombre de couverts/jour : 84 résidents midi et soir/90 scolaires



Brochette de poisson

Brochette de poisson blanc, surgelée, montée sur pic en bois, pièce de 140 g.

La brochette de poisson se prépare généralement au four, grillée ou cuite à la vapeur. Elle est le plus souvent agrémentée de riz ou de légumes verts.

Si la majorité de nos offres de brochettes de poisson apparaissent similaires, l'une d'entre elles est pourtant légèrement différente. Elle est en effet composée de trois morceaux de poisson, alors que le reste de notre sélection n'en possède qu'un seul, qui bénéficie cependant d'un marquage figurant les éventuels morceaux. On note également que si l'ensemble de notre sélection peut être à base de colin d'Alaska, de hoki de Nouvelle-Zélande ou de hoki de Patagonie, la brochette élaborée avec trois morceaux de poisson peut aussi être préparée avec du merlu blanc. Tous ces poissons sont dit « maigres », puisqu'ils contiennent moins de 3 % de matières grasses, ce qui permet d'obtenir un rapport P/L (Protéines/Lipides) largement supérieur à 2. Ainsi, au niveau de la classification GEMRCN, on peut comptabiliser ces brochettes dans la catégorie « poissons ou préparations à base de poisson contenant au moins 70 % de poisson et ayant un rapport P/L > ou = à 2 ». Par ailleurs, les poissons mis en œuvre dans la brochette contenant trois morceaux sont issus d'une filière certifiée pêche responsable. Cette offre possède à cet effet le label MSC (Marine Stewardship Council), garantissant ainsi la durabilité des stocks de poisson.



Question d'un acheteur

Les offres de brochettes de poisson peuvent-elles convenir à toutes les catégories de population ?

Que le poisson soit présenté en brochette, filet, pavé ou bien en steak, la quantité nette à consommer doit être à +/- 10 % de 50 g pour les maternelles, 70 g pour les élémentaires, 100 à 120 g pour les adolescents et les adultes. Pour les personnes âgées en institution, comptez 100 g pour le déjeuner et 70 g pour le dîner. Avec une perte à la cuisson de 25 à 30 %, nos brochettes conviennent aux adolescents, aux adultes et pour le déjeuner des personnes âgées, mais sont difficilement adaptables aux autres catégories de population.

Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pour une note plus exotique, faites mariner vos brochettes dans un mélange à base d'huile d'olive, de citron vert et de curry ou de gingembre râpé.

Thèmes & Recettes

La Bretagne : Brochette au beurre nantais

Le printemps : Papillote aux légumes primeurs

Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	Matières grasses	dont AGS	P/L	sel	Industriels Marque
BRAKE	38869	75 kcal	17,9 %	traces	0,2 %	0,2 %	89,50	0,16 g	BRAKE Brake Euro
DAVIGEL	1681605	90 kcal	18,0 %	0,1 %	2,0 %	0,8 %	9,00	0,35 g	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	118040	68 kcal	15,8 %	traces	0,5 %	traces	31,60	0,16 g	CITE MARINE Cité Marine
KRILL	450037	75 kcal	17,9 %	traces	0,2 %	0,2 %	89,50	0,16 g	KRILL Krill Essentiel
PASSION FROID	19156	68 kcal	15,8 %	traces	0,5 %	traces	31,60	0,16 g	CITE MARINE Cité Marine
RELAIS D'OR MIKO	936430	68 kcal	15,8 %	traces	0,5 %	traces	31,60	0,16 g	CITE MARINE Cité Marine
TRANSGOURMET	301080	68 kcal	15,8 %	traces	0,5 %	traces	31,60	0,16 g	TRANSGOURMET Transgourmet Qualité

Comparaison des offres

	Référence	Etat Aspect	Label de qualité	Type de poisson et %	Type de pêche	Industriels Marque
BRAKE	38869	cru, qualité sans arête, pic en bois de 22,5 cm, 1 morceau marqué par pic, morceau de 16 x 3 x 3 cm	/	filet de poisson blanc 100 %, colin d'Alaska, <i>Theragra chalcogramma</i> , ou hoki de Nouvelle-Zélande, <i>Macruronus novaezelandiae</i> , ou hoki de Patagonie, <i>Macruronus magellanicus</i>	chalut	BRAKE Brake Euro
DAVIGEL	1681605	cru, qualité sans arête, pic en bois de 22,5 cm, 3 morceaux par pic, morceau de 6 x 3 x 3 cm	MSC, filière certifiée pêche responsable	filet de poisson blanc 100 %, colin d'Alaska, <i>Theragra chalcogramma</i> , ou merlu blanc, <i>Merluccius productus</i> , ou hoki de Nouvelle-Zélande, <i>Macruronus novaezelandiae</i> , ou hoki de Patagonie, <i>Macruronus magellanicus</i>	chalut	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	118040	cru, sans arête, pic en bois de 22,5 cm, 1 morceau marqué par pic, morceau de 16 x 3 x 3 cm	/	filet de poisson blanc 100 %, colin d'Alaska, <i>Theragra chalcogramma</i> , ou hoki de Nouvelle-Zélande, <i>Macruronus novaezelandiae</i> , ou hoki de Patagonie, <i>Macruronus magellanicus</i>	chalut	CITE MARINE Cité Marine
KRILL	450037	cru, sans arête, pic en bois de 22,5 cm, 1 morceau marqué par pic, dimensions NC	/	filet de poisson blanc 100 %, colin d'Alaska, <i>Theragra chalcogramma</i> , ou hoki de Nouvelle-Zélande, <i>Macruronus novaezelandiae</i> , ou hoki de Patagonie, <i>Macruronus magellanicus</i>	chalut	KRILL Krill Essentiel
PASSION FROID	19156	cru, sans arête, pic en bois de 22,5 cm, 1 morceau marqué par pic, morceau de 16 x 3 x 3 cm	/	filet de poisson blanc 100 %, colin d'Alaska, <i>Theragra chalcogramma</i> , ou hoki de Nouvelle-Zélande, <i>Macruronus novaezelandiae</i> , ou hoki de Patagonie, <i>Macruronus magellanicus</i>	chalut	CITE MARINE Cité Marine
RELAIS D'OR MIKO	936430	cru, sans arête, pic en bois de 22,5 cm, 1 morceau marqué par pic, morceau de 16 x 3 x 3 cm	/	filet de poisson blanc 100 %, colin d'Alaska, <i>Theragra chalcogramma</i> , ou hoki de Nouvelle-Zélande, <i>Macruronus novaezelandiae</i> , ou hoki de Patagonie, <i>Macruronus magellanicus</i>	chalut	CITE MARINE Cité Marine
TRANSGOURMET	301080	cru, sans arête, pic en bois de 22,5 cm, 1 morceau marqué par pic, morceau de 16 x 3 x 3 cm	/	filet de poisson blanc 100 %, colin d'Alaska, <i>Theragra chalcogramma</i> , ou hoki de Nouvelle-Zélande, <i>Macruronus novaezelandiae</i> , ou hoki de Patagonie, <i>Macruronus magellanicus</i>	chalut	TRANSGOURMET Transgourmet Qualité

	Référence	Zone de pêche FAO	Pays de transformation	Type de congélation	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	38869	colin d'Alaska : Océan Pacifique Nord-Ouest ou Nord-Est (FAO 61 et 67), hoki de Nouvelle-Zélande : Océan Pacifique Sud-Ouest (FAO 81), hoki de Patagonie : Océan Pacifique Sud-Est (FAO 87) ou Océan Atlantique Sud-Ouest (FAO 41)	France	double congélation, taux de glazurage 5 %, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, 140 g, 41 pièces minimum par carton, carton 6 kg	BRAKE Brake Euro
DAVIGEL	1681605	colin d'Alaska : Océan Pacifique Nord-Ouest ou Nord-Est (FAO 61 et 67), merlu blanc : Océan Pacifique (FAO 67), hoki de Nouvelle-Zélande : Océan Pacifique (FAO 81), hoki de Patagonie : Océan Pacifique Sud-Est (FAO 87) ou Océan Atlantique Sud-Ouest (FAO 41)	France	simple congélation, pas de glazurage	surgelé, IQF, 140 g, 40 pièces minimum par carton, carton 6 kg	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	118040	colin d'Alaska : Océan Pacifique Nord-Ouest ou Nord-Est (FAO 61 et 67), hoki de Nouvelle-Zélande : Océan Pacifique Sud-Ouest (FAO 81), hoki de Patagonie : Océan Pacifique Sud-Est (FAO 87) ou Océan Atlantique Sud-Ouest (FAO 41)	France	double congélation, taux de glazurage % NC, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, 140 g, 41 pièces minimum par carton, carton 6 kg	CITE MARINE Cité Marine
KRILL	450037	colin d'Alaska : Océan Pacifique Nord-Ouest ou Nord-Est (FAO 61 et 67), hoki de Nouvelle-Zélande : Océan Pacifique Sud-Ouest (FAO 81), hoki de Patagonie : Océan Pacifique Sud-Est (FAO 87) ou Océan Atlantique Sud-Ouest (FAO 41)	NC	double congélation, taux de glazurage % NC, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, 140 g, +/- 42 pièces par carton, carton 6 kg	KRILL Krill Essentiel
PASSION FROID	19156	colin d'Alaska : Océan Pacifique Nord-Ouest ou Nord-Est (FAO 61 et 67), hoki de Nouvelle-Zélande : Océan Pacifique Sud-Ouest (FAO 81), hoki de Patagonie : Océan Pacifique Sud-Est (FAO 87) ou Océan Atlantique Sud-Ouest (FAO 41)	France	double congélation, taux de glazurage % NC, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, 140 g, 41 pièces minimum par carton, carton 6 kg	CITE MARINE Cité Marine
RELAIS D'OR MIKO	936430	colin d'Alaska : Océan Pacifique Nord-Ouest ou Nord-Est (FAO 61 et 67), hoki de Nouvelle-Zélande : Océan Pacifique Sud-Ouest (FAO 81), hoki de Patagonie : Océan Pacifique Sud-Est (FAO 87) ou Océan Atlantique Sud-Ouest (FAO 41)	France	double congélation, taux de glazurage % NC, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, 140 g, 41 pièces minimum par carton, carton 6 kg	CITE MARINE Cité Marine
TRANSGOURMET	301080	colin d'Alaska : Océan Pacifique Nord-Ouest ou Nord-Est (FAO 61 et 67), hoki de Nouvelle-Zélande : Océan Pacifique Sud-Ouest (FAO 81), hoki de Patagonie : Océan Pacifique Sud-Est (FAO 87) ou Océan Atlantique Sud-Ouest (FAO 41)	France	double congélation, taux de glazurage 5 %, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, 140 g, 41 pièces minimum par carton, carton 6 kg	TRANSGOURMET Transgourmet Qualité

Steak de thon

Steak de thon albacore, sans peau, sans arête, surgelé, pièce de 115 à 160 g.

Le steak de thon est plus savoureux lorsqu'il est marqué au grill et sans cuisson excessive. Il peut se substituer à la viande rouge dans certaines recettes.

Nos offres de steaks de thon sont toutes préparées à partir de l'espèce *Thunnus albacares*, plus connu sous le nom de thon albacore. Parmi tous les thonidés, c'est actuellement la 2^{ème} espèce la plus pêchée à travers le monde après le thon listao. On constate que pour l'ensemble de notre sélection, les principales zones d'exploitations se situent soit dans l'Océan Indien, soit dans l'Océan Pacifique. Si le thon albacore provenant de l'Océan Pacifique a longtemps été menacé, aujourd'hui, grâce aux diverses initiatives prises pour limiter sa surexploitation, les stocks sont considérés comme durables. Il peut ainsi être consommé, mais malgré tout, avec modération. Ce n'est malheureusement pas le cas pour le thon albacore pêché dans l'Océan Indien, dont les stocks sont aujourd'hui jugés critiques et se situant hors du domaine de durabilité. Parmi nos offres, seul un industriel propose du thon albacore uniquement pêché en Océan Pacifique. Au niveau de la composition des produits, on constate que quatre offres sont préparées dans le plein filet, alors que les trois restantes sont constituées de plusieurs morceaux de thon. L'avantage des 1^{ères} offres, c'est qu'elles n'ont subis qu'une simple congélation en mer après la capture. Les qualités organoleptiques du poisson sont ainsi mieux préservées.



Le saviez-vous

Le glazurage consiste à enrober d'une fine couche de glace les produits de la pêche nouvellement congelés, en procédant par trempage et/ou pulvérisation d'eau douce généralement refroidie (ou éventuellement de l'eau de mer). Il évite la déshydratation et/ou l'oxydation lors de l'entreposage à l'état congelé. Pour les produits conditionnés sous vide avant congélation, comme c'est le cas pour l'une de nos offres, on n'effectue pas de glazurage. Par contre, les produits congelés avant d'être mis sous vide peuvent avoir subi un glazurage, notamment quand le lieu de pêche est éloigné du lieu de transformation.

Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pour plus de saveur, vous pouvez le proposer accompagné d'une piperade au piment d'Espelette.

Thèmes & Recettes

Le Japon : Thon sauce teriyaki

L'Occitanie : Plancha de thon à la catalane.

Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	Matières grasses	dont AGS	P/L	sel	Industriels Marque
BRAKE	30468	112 kcal	25,8 %	0,5 %	0,8 %	0,4 %	32,00	0,13 g	INTERPRAL - ULYSSE SAS Sans marque
DAVIGEL	12068825	105 kcal	25,2 %	traces	0,4 %	0,1 %	63,00	0,06 g	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	551926	109 kcal	25,3 %	traces	1,0 %	0,4 %	25,30	0,08 g	SEABLUE Blue Select
KRILL	451145	112 kcal	27,0 %	traces	0,6 %	0,2 %	45,00	0,60 g	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	13057	146 kcal	25,0 %	traces	5,0 %	traces	5,00	0,09 g	Industriel NC Marque NC
RELAIS D'OR MIKO	935381	113 kcal	24,1 %	traces	1,8 %	0,7 %	13,38	0,07 g	FISH IS LIFE Relais d'Or
TRANSFOURMET	793117	136 kcal	23,7 %	traces	4,6 %	1,2 %	5,15	0,11 g	SEAFOOD SAVEUR Seafood Saveur

Comparaison des offres

	Référence	Etat Aspect	Type de poisson et %	Zone de pêche FAO	Type de pêche	Mode de production	Industriels Marque
BRAKE	30468	cru, sans peau, qualité sans arête	thon albacore 100 %, <i>Thunnus albacares</i> , plein filet	Océan Indien (FAO 51 et 57), Océan Pacifique Centre-Ouest (FAO 71)	Ile Maurice : filet tournant, filet soulevé, Vietnam : ligne, hameçon	sauvage	INTERPRAL - ULYSSE SAS Sans marque
DAVIGEL	12068825	cru, sans peau, qualité sans arête	thon albacore 100 %, <i>Thunnus albacares</i> , longe de thon moulée, 3 à 4 morceaux par steak	Océan Indien Ouest (FAO 51, Ski Lanka, Ile Maurice), Océan Indien Est (FAO 57, Ile Maurice)	filet tournant, filet soulevé	sauvage	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	551926	cru, sans peau, qualité sans arête	thon albacore 100 %, <i>Thunnus albacares</i> , steak reconstitué, nombres de morceaux NC	Océan Indien (FAO 57 et 51), Océan Pacifique (FAO 71),	chalut, ligne, hameçon, senne, filet tournant, filet soulevé	sauvage	SEABLUE Blue Select
KRILL	451145	cru, sans peau, sans arête	thon albacore 100 %, <i>Thunnus albacares</i> , plein filet	Océan Indien (FAO 57 et 51), Océan Pacifique (FAO 71),	chalut, ligne, hameçon, senne, filet tournant	sauvage	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	13057	cru, sans peau, sans arête	thon albacore 100 %, <i>Thunnus albacares</i> , steak reconstitué, nombres de morceaux NC	Océan Indien (FAO 57 et 51), Océan Pacifique (FAO 71),	ligne, hameçon	sauvage	Industriel NC Marque NC
RELAIS D'OR MIKO	935381	cru, sans peau, sans arête	thon albacore 100 %, <i>Thunnus albacares</i> , plein filet	Océan Indien Ouest (FAO 51), Océan Pacifique Centre-Ouest (FAO 71)	senne coulissante	sauvage	FISH IS LIFE Relais d'Or
TRANSGOURMET	793117	cru, sans peau, sans arête	thon albacore 100 %, <i>Thunnus albacares</i> , plein filet	Océan Pacifique (FAO 71)	ligne, hameçon	sauvage	SEAFOOD SAVEUR Seafood Saveur

	Référence	Mise en œuvre	Pays de transformation	Type de congélation	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	30468	avec décongélation 4 heures en enceinte réfrigérée, cuire dans une poêle chaude à feu moyen 1min 30 de chaque côté	Afrique, Vietnam	simple congélation en mer, taux de glazurage 10 %, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, 120/140 g, vrac, carton 5 kg	INTERPRAL - ULYSSE SAS Sans marque
DAVIGEL	12068825	sans décongélation, dorer une minute par face, puis cuire 6 minutes à feu doux	Ile Maurice, Ski Lanka	simple congélation, taux de glazurage 10 % +/-, glazurage 100 % compensé	surgelé, 115 à 135 g, individuel, carton 5 kg	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	551926	NC	Indonésie, Vietnam	double congélation, taux de glazurage 2 à 10 %, glazurage 100 % compensé	congelé, IQF, 115 à 125 g, vrac, carton de 5 kg	SEABLUE Blue Select
KRILL	451145	avec décongélation 1/2 journée en enceinte réfrigérée, ou avec décongélation rapide pendant 15 à 30 minutes en trempant le sachet dans l'eau froide	Inde, Indonésie, Ile Maurice, Vietnam	simple congélation en mer, taux de glazurage % NC, glazurage 100 % compensé	congelé, IQF, 140/160 g, vrac, carton de 5 kg	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	13057	sans décongélation, sur grille ou plaque au four chaleur sèche 175/210 °C, finition en suite culinaire	Indonésie, Vietnam	double congélation, taux de glazurage 2 à 10 %, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, 120 g, vrac, carton de 5 kg	Industriel NC Marque NC
RELAIS D'OR MIKO	935381	sans décongélation, saisir à la poêle chaude	Espagne, Ile Maurice	simple congélation en mer, pas de glazurage	congelé, IQF, 120/140 g, sous vide, carton de 5 kg	FISH IS LIFE Relais d'Or
TRANSGOURMET	793117	avec décongélation 24 heures en enceinte réfrigérée dans une plaque perforée	Indonésie	simple congélation en mer, taux de glazurage 5 %, glazurage 100 % compensé	congelé, IQF, 140/160 g, vrac, carton de 5 kg	SEAFOOD SAVEUR Seafood Saveur

Côté cuisine, le steak de thon présente de nombreux avantages. Totalement dépourvu d'arête, ce produit peut sans problème être servi à des enfants et/ou à des personnes âgées. De plus, malgré des calibres allant de 115 à 160 g, sa texture ferme et sa parfaite tenue, lui permettent d'être facilement portionné une fois cuit, permettant ainsi d'adapter les gram-

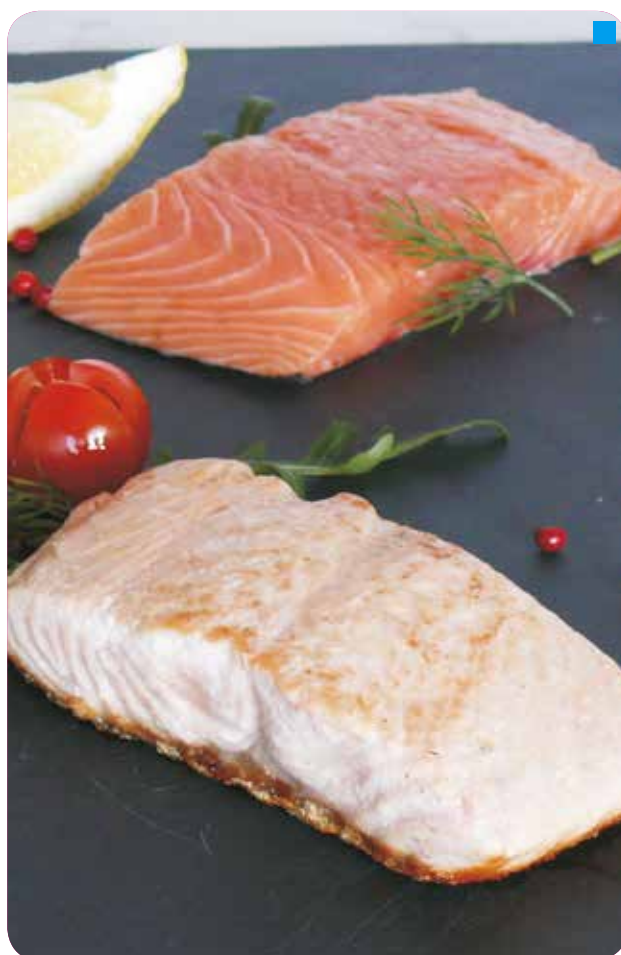
mages en fonction des convives. Comprise entre 10 et 15 %, la perte de poids à la cuisson est également peu élevée. Seul bémol, sa chair à tendance à devenir sèche et dure lorsqu'on le fait cuire trop longtemps. Parmi nos offres, plusieurs modes opératoires vous sont indiqués, mais pour obtenir un résultat concluant, le mieux est encore de réaliser vos propres essais.



Pavé de saumon

*Pavé de saumon, avec peau, surgelé, pièce de 110 à 190 g.
Le pavé de saumon est traditionnellement servi avec une sauce oseille ou une fondue de poireaux. Il peut également être cuisiné en papillote.*

Comme on peut le constater au travers de notre sélection, la majorité des industriels proposent des pavés préparés à partir de saumon d'élevage de l'espèce *Salmo salar*, aussi connu sous le nom de saumon sauvage de l'Atlantique. Il faut savoir que la salmoniculture a débutée dans les années 60-70 en Norvège et en Ecosse, afin de produire des saumons juvéniles pour assurer le repeuplement. En effet, les 1^{ers} signes de raréfaction concernant le saumon sauvage de l'atlantique datent du 19^{ème} siècle et sont dus en grande partie à une pêche intensive, soit pratiquée en mer où bien dans les rivières lors des périodes de frai, mais également aux constructions de barrages sur les grands fleuves et à la pollution. Les stocks sauvages restent actuellement très fragiles, et l'on note même une disparition de 15 % de cette espèce au niveau des rivières et des fleuves d'Europe et d'Amérique du Nord. Parmi nos offres, on remarque qu'un industriel propose un saumon sauvage de l'espèce *Oncorhynchus gorbusch*. Il s'agit du saumon rose du Pacifique, dont les stocks ne sont pas menacés. Parmi les six espèces de saumon du Pacifique recensées, c'est actuellement la plus abondante. De plus, le label MSC apposé sur cette offre, nous permet de savoir qu'il est issu de stocks durables.



Le saviez-vous

Aujourd'hui, le saumon consommé en France est issu à plus de 95 % des élevages. Actuellement, la Norvège et le Chili assurent 56 et 29 % de la production mondiale. Si la salmoniculture permet de préserver les stocks sauvages, elle peut néanmoins s'avérer néfaste pour l'environnement, notamment lorsqu'elle est pratiquée de manière intensive. Il vaut donc mieux privilégier les produits labellisés (Bio, Global Gap, MSC, BRC, BAP...), comme c'est le cas pour certaines de nos offres, qui vous garantissent ainsi le respect de l'environnement et la sécurité sanitaire des produits proposés.

Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pour une note plus printanière, vous pouvez napper vos pavés de saumon d'une crème aux asperges.

Thèmes & Recettes

La Louisiane : Saumon à la mode cajun

Le goût : Pavé de saumon en croûte de sésame

Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	Matières grasses	dont AGS	P/L	sel	Industriels Marque
BRAKE	37820	208 kcal	20,4 %	traces	13,4 %	3,1 %	1,52	0,15 g	BLUMAR marque NC
DAVIGEL	1682004	229 kcal	20,4 %	traces	16,4 %	3,3 %	1,24	0,15 g	DAVIGEL Davigel Surgelé
KRILL	451343	141 kcal	20,8 %	1,9 %	12,0 %	4,0 %	3,71	0,13 g	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	3001	76 kcal	16,0 %	traces	1,3 %	0,4 %	12,30	0,18 g	Industriel NC 8 B
RELAIS D'OR MIKO	899548	192 kcal	19,7 %	traces	12,7 %	4,0 %	4,92	0,05 g	COSMOS FOOD marque NC
TRANSGOURMET	300983	198 kcal	20,8 %	traces	5,6 %	1,6 %	3,71	0,16 g	TRANSGOURMET Transgourmet Quality

Comparaison des offres

	Référence	Etat Aspect	Label de qualité	Type de poisson et %	Zone de pêche	Mode de production Type de pêche	Industriels Marque
BRAKE	37820	pavé cru, avec peau, qualité sans arête	BRC, IFS, BAP, certifié aquaculture responsable Global Gap	pavé de saumon 100 %, <i>Salmo salar</i> , issu d'un filet TRIM C	Chili, Europe	élevage	BLUMAR marque NC
DAVIGEL	1682004	pavé cru, avec peau, qualité sans arête	certifié aquaculture responsable Global Gap	pavé de saumon 100 %, <i>Salmo salar</i> , issu de saumons de + de 3 kg, issu d'un filet TRIM D	Chili, Norvège	élevage	DAVIGEL Davigel Surgelé
KRILL	451343	pavé cru, avec peau, sans arête	/	pavé de saumon 100 %, <i>Salmo salar</i> type de filet NC	Chili, Norvège	élevage	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	3001	pavé cru, avec peau, sans arête	MSC	pavé de saumon 100 %, <i>Oncorhynchus gorbusch</i> , issu d'un filet TRIM D	Océan Pacifique (FAO 67)	sauvage, senne, filet maillant	Industriel NC 8 B
RELAIS D'OR MIKO	899548	pavé cru, avec peau, sans arête	/	pavé de saumon 100 %, <i>Salmo salar</i> , type de filet NC	Chili	élevage	COSMOS FOOD marque NC
TRANSGOURMET	300983	pavé cru, avec peau, sans arête	/	pavé de saumon 100 %, <i>Salmo salar</i> , issu d'un filet TRIM C ou D	Chili, Norvège	élevage	TRANSGOURMET Transgourmet Quality

	Référence	Mise en œuvre	Pays de transformation	Type de congélation	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	37820	sans décongélation, cuire 25 min au four 200 °C, ou en sauteuse, ou 3,5 min au micro-ondes	Chili, Europe	simple congélation à terre, taux de glazurage 4 à 5 %, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, 140/160 g, carton 3 kg	BLUMAR marque NC
DAVIGEL	1682004	avec décongélation 24 h en enceinte réfrigérée, rincer à l'eau fraîche, éponger, cuisson meunière, pochée, rôtie ou vapeur	Chili, Pologne	simple congélation à terre, pas de glazurage	surgelé, sous vide, 140/160 g, carton 3 kg	DAVIGEL Davigel Surgelé
KRILL	451343	avec décongélation en enceinte réfrigérée, utiliser comme un produit frais	Chili, Norvège	simple congélation à terre, pas de glazurage	surgelé, IQF, sous vide, 190 g, carton de 3 kg	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	3001	sans décongélation, au four à chaleur sèche 175/210 °C, finition en suite culinaire, ou marquage en sauteuse ou poêle chaude, ou au four chaleur sèche 175/220 °C, finition en suite culinaire	Chine	double congélation, taux de glazurage 8 à 10 %, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, vrac, 110/150 g, carton de 5 kg	Industriel NC 8 B
RELAIS D'OR MIKO	899548	avec décongélation 6 heures en enceinte réfrigérée	NC	simple congélation à terre, pas de glazurage	surgelé, sous vide, 140/160 g, carton de 3 kg	COSMOS FOOD marque NC
TRANSGOURMET	300983	sans décongélation, cuire au four traditionnel 22 à 24 min	France	simple congélation à terre, taux de glazurage 3 à 5 %, glazurage 100 % compensé	surgelé, sous vide, 170/190 g, carton de 5 kg	TRANSGOURMET Transgourmet Quality

Côté nutrition, on note que le saumon rose possède une valeur énergétique bien inférieure à celle du saumon de l'Atlantique (76 kcal pour 100 g contre 192 à 229 kcal), résultant d'un taux de matières grasses beaucoup plus bas (1,3 % contre 5,6 à 16,4 %). Ces différences font partie des particularités liées à chacune de ces espèces, mais il se peut aussi que les conditions de vie

de l'animal influent sur les valeurs nutritionnelles. Au niveau des filets, plusieurs degrés de parage, dénommé «Trim A, B, C, D ou E», peuvent être pratiqués, et ils vont du simple retrait de l'arête centrale jusqu'à celui de la peau. Parmi les offres pour lesquelles cette information nous a été communiquée, on constate que le degré de parage se situe entre Trim C et D, ce qui est relativement correct.



Filet de rouget

*Filet de rouget barbet, avec peau, surgelé, pièce de 15 à 40 g.
Le filet de rouget se consomme le plus souvent grillé. Il peut également entrer dans la composition de certaines terrines ou soufflés à base de poissons.*

S'il existe de nombreuses espèces de rougets à travers le monde, on constate que celle majoritairement mise en œuvre pour l'ensemble de nos offres est le *Parupeneus heptacanthus*. Cette espèce, pêchée entre l'Océan Indien et l'Océan Pacifique est aujourd'hui pleinement exploitée, mais pas menacée. Il en est de même pour l'espèce *Parupeneus indicus*, que l'on retrouve également dans l'une de nos offres. Si certains rougets, tels que ceux provenant du Golfe de Gascogne, de la Mer du Nord ou de la Méditerranée sont généralement vendus entiers, les deux espèces entrant dans notre sélection sont quant à elles toujours vendues sur les marchés européens sous forme de filets surgelés avec peau. Comme on peut le constater, les poissons étant directement transformés non loin du lieu de pêche, il n'est pratiqué qu'une simple congélation. Le grammage des filets se situent en général entre 15 et 40 g, mais on constate qu'une offre de notre comparatif est aussi proposée en 40-80 g. Quoi qu'il en soit, ces calibres vous permettront aisément de réaliser les portions souhaitées en fonctions des différentes catégories de population, d'autant que toutes nos offres sont proposées sans arêtes. Vous pouvez donc essayer de faire goûter les filets de rouget aux petits, comme au plus grands, car d'un point de vue gustatif, ce poisson est excellent.



Question d'un acheteur

Que signifie simple ou double congélation ?

La double congélation est souvent pratiquée lorsque le lieu de pêche se situe loin du lieu de transformation, ou que l'équipage part en mer pour une durée assez longue. Lorsque le poisson est pêché, il est parfois congelé entier à bord du bateau. A son arrivée dans l'usine de transformation, le poisson est décongelé, fileté, puis recongelé pour être mis en vente. Dans le cas de la simple congélation, le poisson est pêché, directement préparé, puis congelé. Cette 2^{ème} technique est préférable pour préserver les qualités gustatives, car la double congélation entraîne une modification de la texture de la chair.

Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pour une saveur plus provençale, servez-vous filets de rougets grillés agrémentés d'huile d'olive et de tapenade.

Thèmes & Recettes

Les vacances : Mixed grill de la mer

Le goût : Filet de rouget à la vanille

Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	Matières grasses	dont AGS	P/L	sel	Industriels Marque
BRAKE	35558	74 kcal	16,6 %	0,6 %	0,6 %	traces	27,67	0,36 g	PRIMEX Sans marque
DAVIGEL	12077773	97 kcal	16,3 %	traces	3,5 %	0,9 %	4,65	0,20 g	DAVIGEL Davigel Surgelé
KRILL	452163	117 kcal	19,0%	traces	3,8 %	1,5 %	5,10	0,62 g	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	6503	77 kcal	18,0 %	traces	0,5 %	traces	36,00	0,74 g	Industriel NC Marque NC
RELAIS D'OR MIKO	327000	75 kcal	17,6 %	traces	0,5 %	traces	35,20	0,80 g	COSMOS FOOD Relais d'Or
TRANSGOURMET	208549	75 kcal	17,6 %	traces	0,5 %	traces	35,20	0,80 g	COSMOS FOOD Marque NC

Comparaison des offres

	Référence	Etat Aspect	Type de poisson et %	Zone de pêche FAO	Type de pêche	Mode de production	Industriels Marque
BRAKE	35558	filet cru, peau écaillée, qualité sans arête	filet de rouget barbet cinnabare 100 %, <i>Parupeneus heptacanthus</i>	Océan Pacifique Centre-Ouest (FAO 71)	chalut	sauvage	PRIMEX Sans marque
DAVIGEL	12077773	filet cru, peau écaillée, qualité sans arête, désarêté à la main	filet de rouget barbet indien ou cinnabare 100 %, <i>Parupeneus indicus</i> ou <i>heptacanthus</i>	Océan Indien Ouest et Est (FAO 51 et 57, Inde), Océan Pacifique Centre-Ouest (FAO 71, Vietnam ou Indonésie)	chalut	sauvage	DAVIGEL Davigel Surgelé
KRILL	452163	filet cru, peau écaillée, sans arête	filet de rouget barbet cinnabare 100 %, <i>Parupeneus heptacanthus</i>	Océan Indien (FAO 57), Océan Pacifique Centre-Ouest (FAO 71)	senne, chalut	sauvage	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	6503	filet cru, peau écaillée, sans arête	filet de rouget barbet cinnabare 100 %, <i>Parupeneus heptacanthus</i>	Océan Indien Ouest (FAO 51), Océan Pacifique (FAO 71)	chalut	sauvage	Industriel NC Marque NC
RELAIS D'OR MIKO	327000	filet cru, peau écaillée, sans arête	filet de rouget barbet cinnabare 100 %, <i>Parupeneus heptacanthus</i>	Océan Indien (FAO 57), Océan Pacifique (FAO 71)	chalut	sauvage	COSMOS FOOD Relais d'Or
TRANSGOURMET	208549	filet cru, peau écaillée, sans arête	filet de rouget barbet cinnabare 100 %, <i>Parupeneus heptacanthus</i>	Océan Indien (FAO 57), Océan Pacifique (FAO 71)	chalut	sauvage	COSMOS FOOD Marque NC

	Référence	Mise en œuvre	Pays de transformation	Type de congélation	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	35558	sans décongélation, poêler 4 min, ou cuire au four sur un lit de garniture aromatique	Thaïlande, Vietnam	simple congélation à terre, taux de glazurage 10 à 15 %, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, 20/40 g, sachet de 1 kg, 3 x 1 kg	PRIMEX Sans marque
DAVIGEL	12077773	avec décongélation la veille en enceinte réfrigérée en bac perforé, cuisson meunière, rissolé, à la plancha, vapeur, papillote	Inde, Vietnam	simple congélation à terre, taux de glazurage 10 % +/-, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, 20/40 g, carton de 3 kg	DAVIGEL Davigel Surgelé
KRILL	452163	avec décongélation en enceinte réfrigérée, cuisiner comme un poisson frais	Thaïlande, Vietnam	simple congélation à terre, taux de glazurage NC, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, 20/40 g, carton de 3 kg	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	6503	sans décongélation, marquer à la poêle graissée, finition en suite culinaire, ou sur grille, ou plaque au four à chaleur sèche 190/220 °C, ou avec décongélation 24 h en enceinte réfrigérée, cuire à la sauteuse, à la poêle, ou au four chaleur sèche 175/220 °C	Indonésie, Vietnam	simple congélation, taux de glazurage 8 à 10 %, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, 15/40 g, sachet de 1 kg, 5 x 1 kg	Industriel NC Marque NC
RELAIS D'OR MIKO	327000	avec décongélation 6 heures en enceinte réfrigérée	Thaïlande, Vietnam	mode de congélation NC, taux de glazurage % NC, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, 20/40 g, sachet de 1 kg 5 x 1 kg	COSMOS FOOD Relais d'Or
TRANSGOURMET	208549	avec décongélation en enceinte réfrigérée, griller à la poêle avec un peu de matières grasses	Thaïlande, Vietnam	simple congélation à terre, taux de glazurage 10 à 12 %, glazurage 100 % compensé	surgelé, IQF, 40/80 g, sachet de 1 kg 5 x 1 kg	COSMOS FOOD Marque NC

Références

• **La situation mondiale des pêches et de l'aquaculture, édition 2016**, Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture
<http://www.fao.org/3/a-i5555f.pdf>

• **Guide des espèces à l'usage des professionnels**, édition 2017, Ethic Océan
<http://www.guidedesespeces.org/fr/thon-albacore>
<http://www.guidedesespeces.org/fr/saumon>
<http://www.guidedesespeces.org/fr/rouget-barbet>

• **Découpe des saumons**
<http://marine-sa.pagesperso-orange.fr/data/filetssaumon.htm>

• **Le glazurage**
<http://bibliomer.ifremer.fr/consult.php?ID=2010-5359>

• **Guide de poche des nouvelles étiquettes de l'Union Européenne apposées sur les produits de la pêche et de l'aquaculture à l'intention des consommateurs**
https://ec.europa.eu/fisheries/sites/fisheries/files/docs/body/eu-new-fish-and-aquaculture-consumer-labels-pocket-guide_fr.pdf

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