

Salade de fruits de mer

Salade de fruits de mer, sous atmosphère modifiée, en barquette de 1,5 à 2,6 kg.

La salade de fruits de mer est souvent servie en buffet ou à l'assiette, agrémentée d'une feuille de salade. Elle peut aussi entrer dans la composition de certaines salades composées à base de riz.

Oscillant entre 35 et 39 %, la quantité de fruits de mer utilisée dans cinq de nos offres se révèle assez homogène. Pour les deux offres restantes, on observe des écarts importants puisque la première en contient 52,2 % et la seconde seulement 23,2 %. Dans cette dernière, on constate toutefois la présence de surimi³, mais les 4,4 % mis en œuvre ne permettent malheureusement pas d'égaliser la teneur en denrées protidiennes animales des autres offres et la préparation affiche finalement un taux inférieur à 30 %. A noter également qu'une autre offre (celle à 39 % de fruits de mer) contient elle aussi 4 % de surimi. Par ailleurs, si les industriels utilisent tous les mêmes fruits de mer, les quantités mises en œuvre restent extrêmement variables. La proportion de calmars passe ainsi de 4,1 à 23,9 %, celle des moules de 9,1 à 24 % et celle des crevettes de 4 à 17 %. Au niveau des légumes, les quantités

utilisées pour la majorité de nos offres se situent aux alentours de 30 % et l'on retrouve principalement des poivrons rouges et verts, ainsi que des oignons. Pour certaines, d'autres légumes sont incorporés (courgette, purée de tomate, olive...), mais les différences les plus importantes concernent sans doute la salade la plus garnie en fruits de mer. En effet, celle-ci ne contient que 5 % de tomates mi-séchées marinées et 10 % de poivrons rouges et jaunes. Diverses variétés de sauces sont également utilisées (vinaigrette, à la grecque, au paprika...). Notre sélection de salade de fruits de mer se révèle donc très hétérogène et il peut être intéressant de changer parfois d'offre pour favoriser la diversité.

³ Pour rappel, le surimi est une préparation sous forme de pâte contenant du poisson (teneur est variable suivant l'industriel).



Question d'un acheteur

Doit-on dire « calmar » ou « calamar » ?

Les deux termes s'emploient. Ce mollusque céphalopode est aussi couramment appelé « encornet » ou encore « chipiron » dans le Sud-Ouest de la France. Attention toutefois de ne pas le confondre avec la seiche (ou supion) dont il se distingue par son corps allongé et sa fine coquille interne.

Evolution de l'indice tarifaire 2013-2016

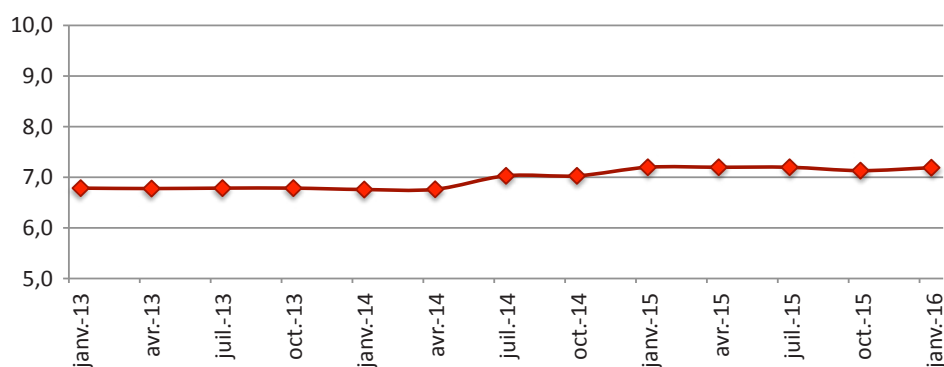


Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	dont sucres	Matières grasses	dont AGS	Sel	P/L	Industriels Marque
BRAKE	49789	101 kcal	6,6 %	4,4 %	3,6 %	6,0 %	0,5 %	1,30 g	1,10	LA BELLE HENRIETTE La Belle Henriette
DAVIGEL	1680446	172 kcal	5,8 %	4,0 %	2,2 %	14,7 %	1,3 %	1,21 g	0,39	DAVIGEL Davigel Réfrigéré
FRANCE FRAIS	31473	87 kcal	7,7 %	3,4 %	NC	4,7 %	NC	1,40 g	1,63	MIX BUFFET Mix Buffet
KRILL	110430	94 kcal	6,4 %	3,5 %	NC	6,0 %	NC	1,27 g	1,07	ACHILLE BERTRAND Krill Essentiel
PASSION FROID	61192	94 kcal	6,4 %	3,5 %	NC	6,0 %	NC	1,30 g	1,07	PASSION FROID Passion Froid
RELAIS D'OR MIKO	936108	317 kcal	7,1 %	7,9 %	NC	28,6 %	NC	NC	0,24	MIX BUFFET Mix Buffet
TRANSFOURMET	930524	127 kcal	11,0 %	4,8 %	1,2 %	6,8 %	0,7 %	0,99 g	1,61	AMAND BIANIC Amand Bianic

Suggestions du chef

ASTUCES / IDÉES

Pour changer un peu, lorsque vous confectionnez vos salades de la mer, remplacez les pâtes ou le riz par des lentilles.

THÈMES & RECETTES

La mer : Salade des Cyclades

Le goût : Cocktail de la mer au pamplemousse

Comparaison des offres

	Référence	Répartition et %	Type de fruits de mer et % Type de poisson et %	Type de légume et %	Autres ingrédients et %	Industriels Marque
BRAKE	49789	fruits de mer 23,3 %, préparation à base de surimi 11 %, type de sauce NC, 34 %, légume 27 %	calmar blanchi 4,1 %, moule cuite décoquillée 12 %, crevette cuite décortiquée 7,1 %, surimi 4,4 %	oignon % NC, poivron rouge et vert % NC, tomate % NC, purée de tomate double concentré % NC	olive % NC, sucre % NC, huile de colza % NC, blanc d'œuf % NC	LA BELLE HENRIETTE La Belle Henriette
DAVIGEL	1680446	fruits de mer 38 %, sauce vinaigrette % NC, légume % NC	calmar cuit 23,9 %, moule cuite décoquillée 9,1 %, crevette cuite décortiquée 4,9 %	oignon % NC, poivron rouge et vert % NC, coulis de tomate 15 %	sucre % NC, huile de colza % NC, huile d'olive % NC, vin blanc % NC, vinaigre d'alcool % NC, arômes % NC, jus de citron concentré % NC	DAVIGEL Davigel Réfrigéré
FRANCE FRAIS	31473	fruits de mer 35 %, sauce à la grecque 32 %, légume 32 %	calmar cuit % NC, moule cuite décoquillée % NC, crevette cuite décortiquée % NC	oignon 10 %, courgette 4 %, poivron rouge 9 %, poivron vert 9 %	huile de colza % NC, poivre blanc % NC, persil % NC, ingrédients aromatiques % NC	MIX BUFFET Mix Buffet
KRILL	110430	fruits de mer 35 %, sauce à la grecque 32 %, légume 32 %	calmar cuit % NC, moule cuite décoquillée % NC, crevette cuite décortiquée % NC	oignon 10 %, courgette 4 %, poivron rouge 9 %, poivron vert 10 %, purée de tomate double concentrée 3,7 %	huile de colza 3,7 %, vinaigre d'alcool 1,8 %, infusion 6 % (extrait de céleri, thym, coriandre, laurier), persil 0,2 %, poivre blanc 0,07 %	ACHILLE BERTRAND Krill Essentiel
PASSION FROID	61192	fruits de mer 35 %, sauce à la grecque 32 %, légume 32 %	calmar cuit % NC, moule cuite décoquillée % NC, crevette cuite décortiquée % NC	oignon 10 %, courgette 4 %, poivron rouge 9 %, poivron vert 10 %, purée de tomate double concentrée 3,7 %	huile de colza % NC, vinaigre d'alcool % NC, infusion % NC (extrait de céleri, thym, coriandre, laurier), persil % NC, poivre blanc % NC	PASSION FROID Passion Froid
RELAIS D'OR MIKO	936108	fruits de mer 52,2 %, type de sauce NC, % NC, légume 15 %	calmar cuit 17,4 %, moule cuite décoquillée 17,4 %, crevette cuite décortiquée 17 %	poivron rouge et jaune 10 %, tomate mi-séchée marinée 5 %	huile de tournesol % NC, vinaigre d'alcool % NC, ail 1 %, herbes aromatiques % NC, épices % NC	MIX BUFFET Mix Buffet
TRANSFOURMET	930524	fruits de mer 39 %, surimi 4 %, sauce au paprika 30 %, légume 26 %	calmar cuit 11 %, moule cuite décoquillée 24 %, crevette cuite décortiquée 4 %, surimi 4 %	oignon 7 %, courgette 7 %, poivron rouge et vert 12 %, purée de tomate 2 %	fécule de manioc 0,4 %, sucre % NC, dextrose % NC, huile de colza 5 %, huile d'olive 1 %, arômes % NC	AMAND BIANIC Amand Bianic

	Référence	Colorants Additifs Agents de texture	Origine matière première	Pays de transformation	DLC	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	49789	colorant, acidifiant, amidon de blé, amidon transformé, conservateur, épaississant, exhausteur de goût, stabilisant	internationale	France	17 jours, après ouverture : NC	barquette, 1,5 kg, couvercle refermable, sous atmosphère modifiée, 2 x 1,5 kg	LA BELLE HENRIETTE La Belle Henriette
DAVIGEL	1680446	colorant, émulsifiant, épaississant	NC	France	18 jours, après ouverture : NC	barquette, 2,6 kg, couvercle refermable, sous atmosphère modifiée, 4 x 2,6 kg	DAVIGEL Davigel Réfrigéré
FRANCE FRAIS	31473	amidon modifié de maïs et de blé, gluten de blé, épaississant	calmar : Inde, Pakistan, Thaïlande, Océan Indien, moule : Chili, Espagne, crevette : Inde	France	23 jours, après ouverture : 48 h	barquette, 2,5 kg, couvercle refermable, sous atmosphère modifiée, 1 x 2,5 kg	MIX BUFFET Mix Buffet
KRILL	110430	colorant, acidifiant, amidon modifié de pomme de terre, conservateur, épaississant	France, Europe, Chine, Thaïlande, Chili, Inde	France	23 jours, après ouverture : 48 h	barquette, 2,5 kg, couvercle refermable, sous atmosphère modifiée, 1 x 2,5 kg	ACHILLE BERTRAND Krill Essentiel
PASSION FROID	61192	colorant, acidifiant, amidon modifié de pomme de terre, conservateur, épaississant	calmar : Océan indien, Océan Pacifique, moule : Chili, Espagne, crevette : Océan Pacifique	France	23 jours, après ouverture : 48 h	barquette, 2,5 kg, couvercle refermable, sous atmosphère modifiée, 1 x 2,5 kg	PASSION FROID Passion Froid
RELAIS D'OR MIKO	936108	acidifiant	NC	France	23 jours, après ouverture : 48 h	barquette, 1,5 kg, couvercle refermable NC, sous atmosphère modifiée, 1 x 1,5 kg	MIX BUFFET Mix Buffet
TRANSFOURMET	930524	colorant, acidifiant, amidon modifié, conservateur, épaississant, exhausteur de goût, protéine de soja, stabilisant	NC	France	18 jours, après ouverture : NC	barquette, 2 kg, couvercle refermable, sous atmosphère modifiée, 1 x 2 kg	AMAND BIANIC Amand Bianic

Les différences constatées au niveau de la composition de nos offres influent de manière importante sur la valeur énergétique : 100 g de produit fini apportant entre 87 et 317 kcal. Les matières grasses sont à l'origine d'un tel écart, celles-ci passant en effet de 4,7 à 28,6 %. Ainsi, l'offre comportant le plus de fruits de mer s'avère également être la plus riche

en lipides. Alors que le reste de la sélection est en fréquence libre, puisque son taux de matières grasses est inférieur à 15 %, cette dernière se retrouve limitée à 4/20 repas maximum de la maternelle jusqu'aux adultes et à 8/20, 10/24 ou 12/28 déjeuners maximum et 2/28 dîners maximum pour les personnes âgées en institution et les repas portés à domicile.

