



DÉVELOPPER les produits HALIEUTIQUES des Hauts-de-France

en restauration collective

Qu'est-ce que
LA FILIÈRE HALIEUTIQUE
et quelles sont les spécificités
de la région Hauts-de-France ?

Comment **S'APPROVISIONNER**
en produits halieutiques des Hauts-de-France ?

Qu'est-ce qu'un
PRODUIT LOCAL
issu de la pêche
ou de l'aquaculture ?

Comment **CUISINER**
les produits halieutiques ?

PRODUITS HALIEUTIQUES

de quoi parle-t-on ?

Les produits halieutiques regroupent **l'ensemble des ressources vivantes aquatiques** et se distinguent en fonction du mode d'exploitation et du milieu de vie.

La pêche consiste à récolter ou à cueillir un produit

en mer
milieu marin

poissons : *colin, merlu, sardine...*
coquillages : *bigorneau, coque...*
céphalopodes : *calamar, seiche...*
crustacés : *araignée, crabe...*

en eau douce
milieu dulcicole

poissons : *anguille, brochet, carpe...*

L'aquaculture consiste à produire et cultiver un produit

en mer
milieu marin

poissons : *bar, dorade...*
coquillages : *moule, huître...*
crustacés : *gambas, crevette...*

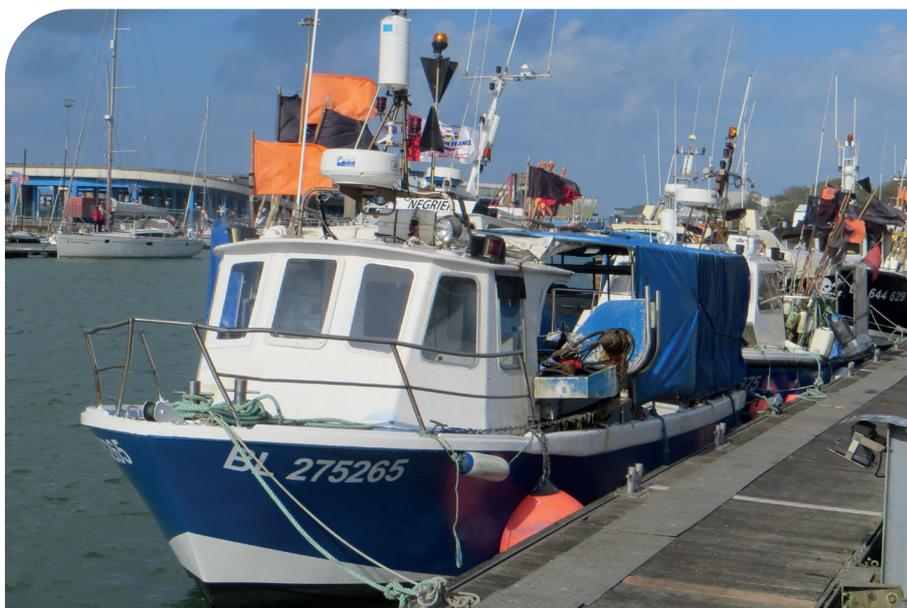
en eau douce
milieu dulcicole

poissons : *truite, omble chevalier...*
crustacés : *écrevisse...*



LES ALGUES font parties des produits halieutiques et peuvent se consommer.

Dans les Hauts-de-France, la plus connue est la SALICORNE dont on consomme entre 400 et 500 tonnes par an. Elle est récoltée par 140 pêcheurs à pied professionnels.



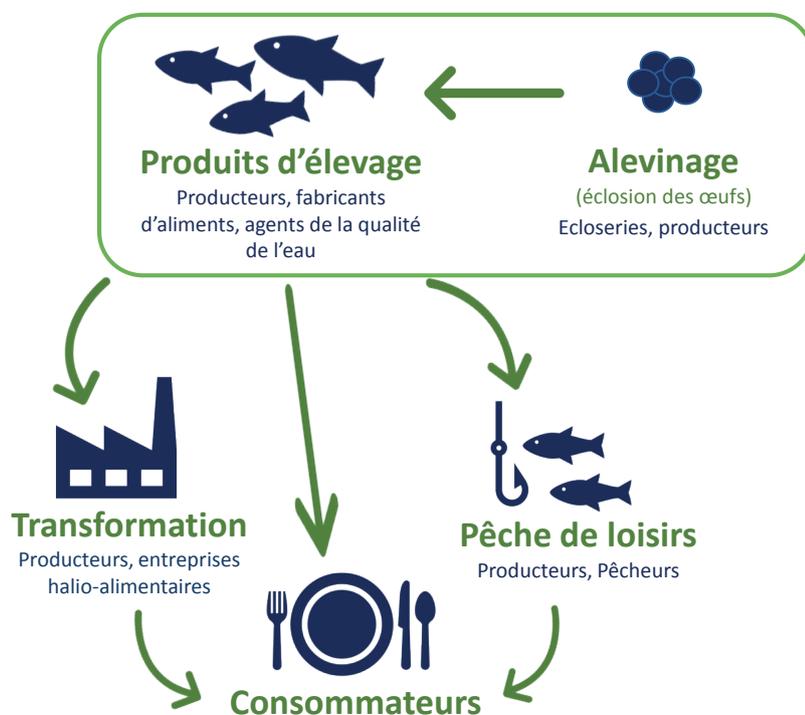
DÉCOUVRIR LA FILIÈRE HALIEUTIQUE EN RÉGION HAUTS-DE-FRANCE

La sous-filière aquaculture

La production aquacole comprend toutes les phases de développement du produit (de l'œuf à l'adulte). Les deux principaux débouchés des produits de l'aquaculture sont le marché de l'alimentation et la pêche de loisirs.



PRODUCTION AQUACOLE



PISCICULTURE DULCICOLE	PISCICULTURE MARINE	LA MYTILICULTURE SUR BOUCHOTS STG (Spécialité Traditionnelle Garantie)
7 000 t/an	2 500 t/an	2 800 t/an
Truites arc-en-ciel, saumons	Bars et daurades royales	Moules de Bouchots
20 % de la production française	40 % de la production française	5 % de la production française
50 sites de production pour 30 entreprises ¹	une entreprise : Aquanord à Gravelines	18 producteurs ²

Les activités d'aquaculture en région sont principalement la pisciculture (truite, bar, daurade) et la mytiliculture (production de moules).

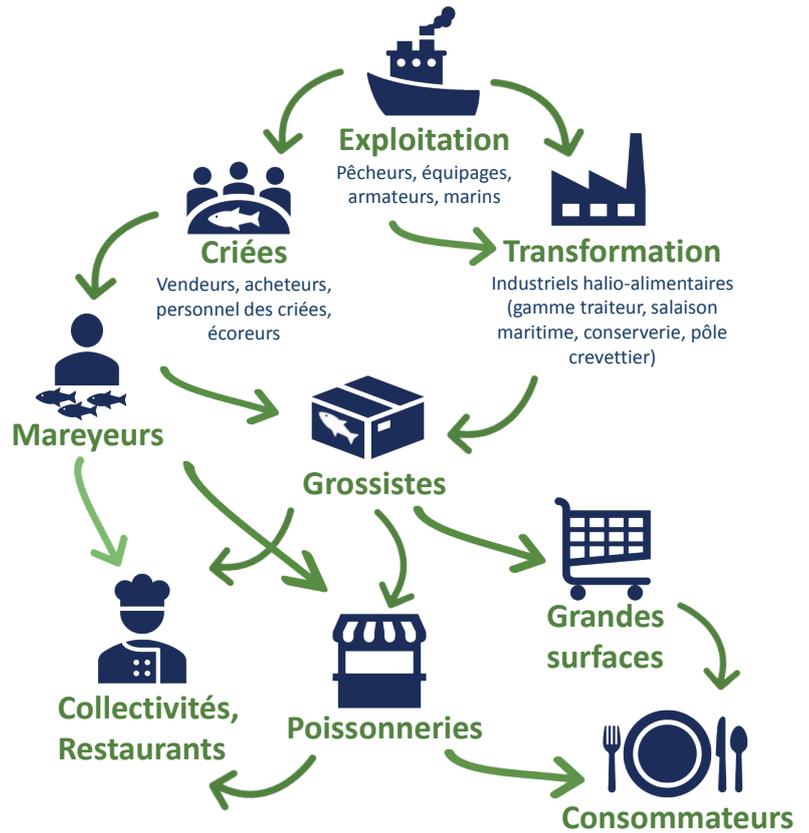
¹www.gdshautsdefrance.fr - ²Groupement Régional pour la Qualité Alimentaire

La sous-filière pêche

La criée est le lieu de la mise en vente des produits de la pêche sous forme d'enchères.

- Acheteurs présents : mareyeurs, poissonniers, responsables de rayons marée de GMS, grossistes...
- 2 criées en région : Boulogne-sur-Mer et Dunkerque.

Le mareyeur achète le poisson en lots fraîchement débarqués dans les criées et réalise la première transformation du poisson.



50 000 t/an pêchées

La région Hauts-de-France est la **2^{ème} région** de France de vente de pêche marine fraîche.

31 500 t/an vendues à la criée de Boulogne-sur-mer

Boulogne-sur-Mer est le **1^{er} port de pêche** de France en 2020.

380 000 t/an

Boulogne-sur-Mer accueille le «centre Capécure» **1^{ère} plateforme** européenne pour la logistique de transformation et de commercialisation des produits de la mer. **140 entreprises** soit **5 000 emplois** directs.

Plus de **70 ESPÈCES** sont débarquées en région, dont :



Les démarches de qualité existantes

Les démarches de certifications permettent de mettre en valeur certaines propriétés du produit.

NOM	TYPE	TERRITOIRE D'APPLICATION	TYPE DE PRODUITS LABELLISÉS	PRÉSENCE DE LA DÉMARCHÉ EN HAUTS-DE-FRANCE	DESRIPTIF
Agriculture Biologique 	SIQO démarche publique	Europe	Aquaculture	En région : truite, moule,...	<ul style="list-style-type: none"> • Certifie 1 espèce, 1 bassin et 1 type d'alimentation • Pas d'aliment OGM • Antibiotiques limités, absence de stimulant de croissance chimique et de colorant • Amélioration du bien-être animal (densité d'élevage)
Spécialité Traditionnelle Garantie 	SIQO démarche publique	Europe	Aquaculture & pêche	En région : moule de Bouchot	<ul style="list-style-type: none"> • Certifie 1 produit et 1 méthode de production • Méthode de fabrication fondée sur une tradition
Label Rouge 	SIQO démarche publique	France	Aquaculture & pêche	En région : soupe de poisson, filet de hareng fumé doux, crevette d'élevage, saumon farci, saumon atlantique, noix, moule de bouchot	<ul style="list-style-type: none"> • Certifie 1 produit et 1 méthode de production • Qualité gustative supérieure • Cahier des charges pour la production et la fabrication • Label bien connu du consommateur
Écolabel Pêche Durable 	Ecolabellisation démarche publique	France	Pêche	Absent en région	<ul style="list-style-type: none"> • Certifie 1 espèce pour 1 engin et 1 zone de pêche • Critères exigeants sur les aspects économiques, environnementaux et sociaux : <i>gestion des stocks, conditions de travail, émissions de polluants, impacts limités sur les fonds marins, limite des captures non souhaitées...</i> • Le label est récent (2017) et peu connu du grand public
Marine Stewardship Council 	Ecolabellisation démarche privée	Internationale	Pêche	Présent en région	<ul style="list-style-type: none"> • Certifie 1 espèce pour 1 engin • Critères sur la gestion des stocks, la minimisation des impacts sur l'écosystème marin • Label bien développé (20 % des captures française) • Existe depuis 1997 et est bien connu du grand public

NOM	TYPE	TERRITOIRE D'APPLICATION	TYPE DE PRODUITS LABELLISÉS	PRÉSENCE DE LA DÉMARCHE EN HAUTS-DE-FRANCE	DESSCRIPTIF
Aquaculture Stewardship Council 	Ecolabellisation démarche privée	Internationale	Aquaculture	Présent en région	<ul style="list-style-type: none"> • Certifie 1 espèce, 1 bassin et 1 type d'alimentation • Critères environnementaux et sociaux : <i>qualité de l'eau, absence de destruction de la biodiversité, sécurité des travailleurs...</i> • Label bénéficiant de la notoriété du label MSC
GAA (Global Aquaculture Alliance) 	Ecolabellisation démarche privée	Internationale	Aquaculture	Présent en région	<ul style="list-style-type: none"> • Certifie 1 espèce pour 1 bassin • Étapes évaluées de la production à la transformation • Critères environnementaux et sociaux : <i>diversification de l'économie locale, ressource en eau, destruction des écosystèmes...</i> • Gestion durable pour une exploitation à long terme
Friend of the sea 	Ecolabellisation démarche privée	Internationale	Aquaculture & pêche	Peu présent en région	<ul style="list-style-type: none"> • Certifie 1 espèce pour 1 engin et 1 zone de pêche • Critères environnementaux (<i>stocks, impact sur les fonds marins, sélectivité des espèces capturées</i>) • Peu de captures certifiées en France
Pavillon France 	Marque collective démarche privée	France	Pêche	Présent en région	<ul style="list-style-type: none"> • Certifie 1 produit pour 1 engin (Français) • Garantit un produit pêché par un bateau Français
Filière Opale 	Marque collective démarche privée	France	Pêche	En région : Merlan, hareng, maquereau, bar, sardine, plie, encornet, cabillaud, limande, sole	<ul style="list-style-type: none"> • Certifie 1 produit pour 1 méthode de pêche • Garantit une pêche artisanale et identifie le type de pêches utilisé (<i>petite pêche côtière ou poissons de filets ou de ligne, casiers</i>) • Temps de pêche de 12 à 24 h • Labellise des produits débarqués à Boulogne-sur-mer ou Dunkerque par les producteurs de la région
Mr. Goodfish 	France	France	Aquaculture & pêche		<ul style="list-style-type: none"> • Programme de sensibilisation du grand public et des acheteurs professionnels • Préconise périodiquement des espèces pour limiter les impacts sur la ressource • Forte présence en région

LOI EGALIM

- Pour répondre aux exigences de la loi EGalim, les établissements chargés d'une mission de service public doivent intégrer au moins **50% de produits de qualité et durables dont 20% issus de l'agriculture biologique** d'ici au 1^{er} janvier 2022 (en valeur HT).
- Pour les produits halieutiques, un seul label en dehors des Signes officiels de qualité (label rouge, Spécialité Traditionnelle Garantie...) est pris en compte par la loi : **l'Écolabel Pêche Durable**.
- L'appréciation de l'équivalence avec une autre démarche relève de la responsabilité de l'acheteur.



Mr.Goodfish



Mr.Goodfish est un programme européen qui a pour but de sensibiliser le public et les professionnels à la consommation durable des produits de la mer. Ce programme est très actif en région Hauts-de-France puisque l'aquarium Nausicaá, situé à Boulogne-sur-Mer, est l'un des trois aquariums fondateurs.

Quels sont les outils de Mr.Goodfish ?

Mr.Goodfish publie tous les trois mois une liste des produits issus d'une exploitation durable.

Cette liste vous permet d'orienter vos achats vers :

- Des ressources ayant des stocks en bon état
- Des produits de saison, pêchés en dehors du pic de reproduction de l'espèce
- Des produits ayant atteint la taille de première maturité sexuelle

Liste des produits à retrouver sur :

www.mrgoodfish.com/especes

Pourquoi Mr.Goodfish ?

- Mr.Goodfish propose des solutions pour limiter la surexploitation et la mauvaise exploitation des ressources marines.
- L'ensemble de la filière, de la mer à l'assiette, est partie prenante et participe à l'établissement des recommandations.
- Mr.Goodfish véhicule une information fiable et vérifiée, basée sur des suivis scientifiques.
- Les participants s'engagent à proposer des espèces recommandées dans leurs menus.
- Le programme dispose d'une dimension éducative avec des outils adaptés au jeune public.



QU'EST-CE QU'UN PRODUIT LOCAL ISSU DE LA PÊCHE OU DE L'AQUACULTURE ?

A l'échelle des Hauts-de-France, **pour les produits issus de l'aquaculture**, on peut considérer comme « local » tout produit élevé dans un élevage situé en région Hauts-de-France ou à proximité du littoral régional, conditionné et transformé en Hauts-de-France.

Pour les produits de la pêche, il est complexe de trouver une définition de « local » car ce sont des produits sauvages. On peut cependant considérer comme « local » tout produit **pêché en Atlantique Nord-Est, Manche ou Mer du Nord puis débarqué, conditionné et transformé en région Hauts-de-France.**

Par ailleurs, si l'on souhaite être plus restrictif et intégrer des critères de proximité et de préservation de la ressource, on peut privilégier les produits issus de la **pêche artisanale**. En effet, c'est une pêche non-industrialisée qui se déroule à proximité des côtes avec des techniques de pêche sélectives et par des bateaux de petites dimensions (moins de 25 mètres en France).

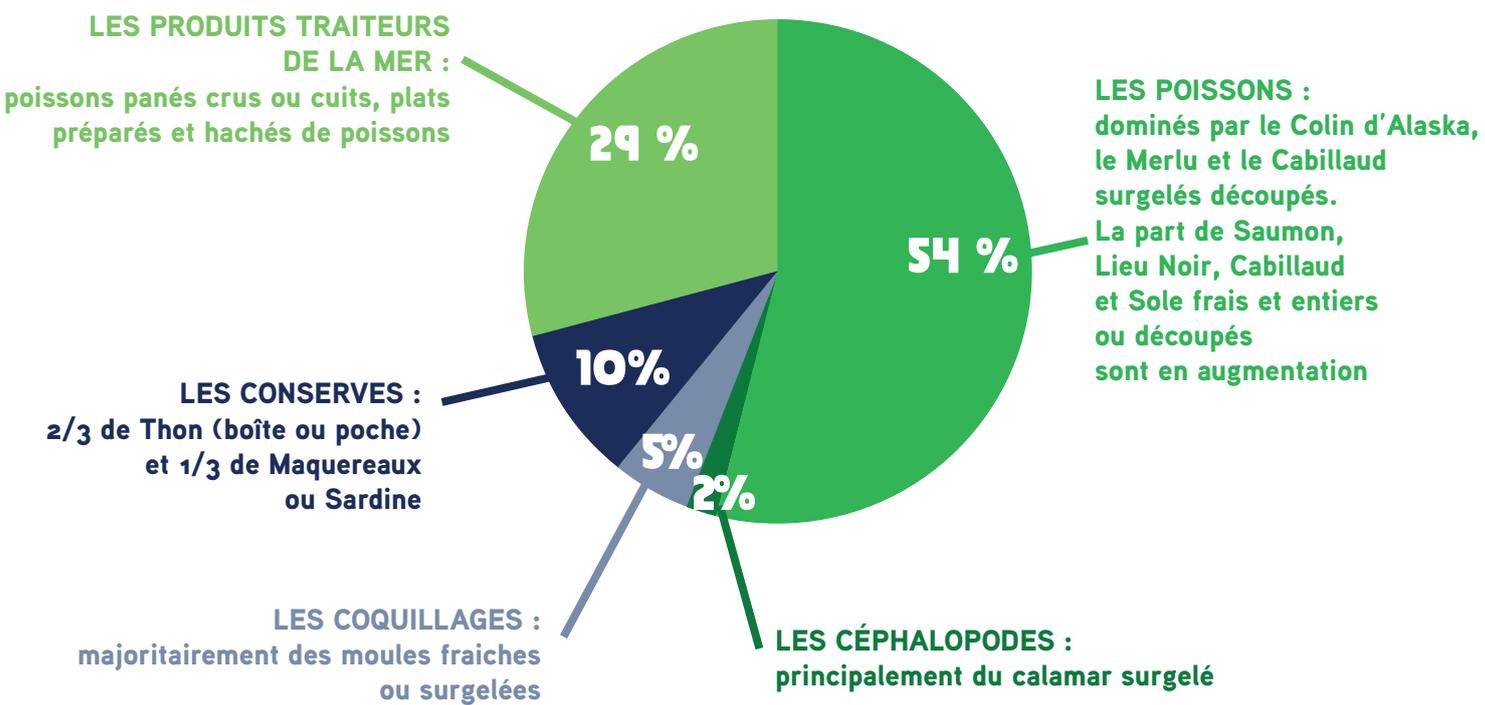
En vous approvisionnant auprès d'un fournisseur qui achète ses produits en criée, vous contribuez à favoriser l'activité locale et privilégiez la fraîcheur et la qualité.

Les produits halieutiques débarqués en criée sont généralement :

- issus d'une PÊCHE ARTISANALE.
- de SAISON : c'est-à-dire pêchés à maturité et en dehors du pic de reproduction de l'espèce.
- Le prix est ainsi plus faible que le reste de l'année.
- de très bonne qualité car TRÈS FRAIS.

COMMENT INTRODUIRE DES PRODUITS HALIEUTIQUES ?

En France, en 2019, le montant des achats de produits halieutiques en restauration collective s'élevait à 505 millions d'euros soit **26 % des dépenses alimentaires totales** des collectivités. Les achats sont à **75 % des produits surgelés et découpés***.



*FranceAgriMer, « Les produits aquatiques en restauration hors domicile », Avril 2019

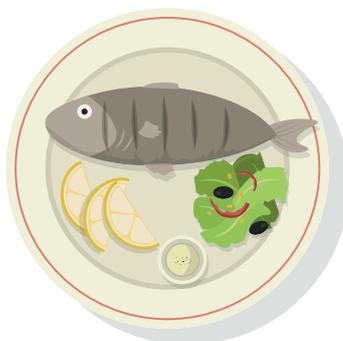
Suivre les recommandations nutritionnelles

Les **bénéfiques** nutritionnels des produits halieutiques sont :

des **PROTÉINES** à haute valeur nutritive
dont des acides aminés essentiels

des **OLIGO - ÉLÉMENTS**
vitamines et minéraux tels que l'iode ou le fer

des **ACIDES GRAS INSATURÉS**
(oméga 3) pour les poissons gras



Le **PNNS**¹ (Programme National Nutrition Santé) 2019-2023 préconise de consommer du poisson **2 fois par semaine** en associant **un poisson gras** à forte teneur en oméga 3 (saumon, sardine, maquereau...) et **un poisson maigre** (colin, cabillaud, brochet...).

A cela s'ajoute les recommandations de l'**ANSES**² (Agence Nationale de Sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'Environnement et du Travail) :

- Varier les **espèces et les lieux d'approvisionnement** pour limiter les produits dit bioaccumulateurs de polychlorobiphényles (PCB) : *les poissons d'eau douce tels que l'anguille, le barbeau, la carpe et le silure, les bivalves filtreurs (moule, coque...); les poissons carnivores tels que le thon, l'espadon et le marlin. Chez les filles et enfants de moins de 3 ans, il est recommandé d'éviter ces produits bioaccumulateurs (moins d'une fois tous les 2 mois).*
- Éviter la consommation de coquillages et poissons crus chez les enfants de moins de 6 ans pour limiter les risques microbiologiques.

Les recommandations de l'arrêté du 30 septembre 2011 relatif à la qualité nutritionnelle des repas servis en restauration collective et du **GEM-RCN**³ (Groupement d'Étude des Marchés en Restauration Collective et de Nutrition) sont :

FRÉQUENCE :

Servir au minimum 4 plats protidiques à base de poisson sur 20 repas consécutifs.

GRAMMAGE :

Les préparations à base de poisson (brandade, paella, gratin de poisson), doivent contenir au moins **70% de poisson et un rapport protéines/lipides ≥ 2** (sauf pour les poissons gras). Les grammages sont adaptés à chaque âge.

	Préparation de plat préparé	Poids recommandé de la denrée protidique (poisson)	Poids minimal de la denrée protidique (70 %)
maternelle	180 g	50 g	35 g
primaire	250 g	70 g	50 g
adolescent	250 g à 300 g	100 à 120 g	70 g
personne âgée	250 g	100 g	70 g

¹Ministère des solidarités et de la santé, « Programme National Nutrition Santé 2019-2023 », 2019

²Anses, « Consommation de poisson d'eau douce et imprégnation aux PCB, une étude nationale », Août 2016

³GEM-RCN « recommandations nutritionnelles sur les plats protidiques », Juillet 2015

Bien choisir la forme et la découpe du produit

Le poisson peut être acheté sous de nombreux formats, découpes et peut être travaillé de multiples manières.

TYPE DE PRODUIT	DÉFINITION	AVANTAGES	INCONVÉNIENTS
Poisson vidé	Produit éviscéré et nettoyé	Très économique	- Demande un savoir-faire - Temps de préparation en cuisine
Filet sans peau, sans arête	Produit découpé sous forme de filet non portionné	- Économique - Possibilité d'adapter les portions	Temps de portionnement
Pavé sans arête	Produit en tranches découpées dans le filet	Moins de travail en cuisine	Prix plus élevé
Dos	Partie dorsale	- Moins de travail en cuisine - Possibilité d'adapter les portions - Morceau sans arête	- Temps de portionnement - Prix plus élevé
Darne ou steak	Produit en tranches découpées dans la largeur avec l'arête dorsale	Prêt à l'emploi	- Prix plus élevé - Portions variables
Poêlée	Produit issu des chutes	Très économique	Recette à adapter en fonction des morceaux et de l'espèce
Haché	Produit haché	- Prêt à l'emploi (si moulé) - Possibilité d'adapter la forme et la portion	- Produit sensible aux parasites - Potentielle présence d'arêtes



En vous fournissant directement chez un mareyeur, vous pouvez demander une découpe ou une transformation spécifique à vos besoins.

En effet, le travail se fait généralement à la main et peut donc être adapté à chaque demande.



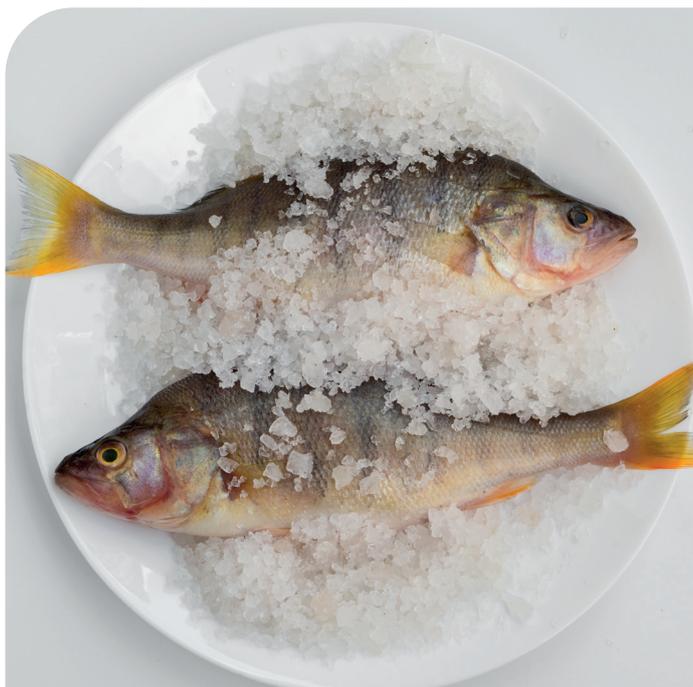
Choisir le conditionnement pour stocker et conserver ses produits halieutiques

LES PARASITES

Les produits halieutiques peuvent être porteurs de parasites (tenia, anisakis...). Pour lutter efficacement contre ces parasites et leurs larves, plusieurs recommandations sont à respecter :

- Le contrôle visuel pour détecter d'éventuels parasites
- La congélation à - 20 °C pendant 24 h ou à - 35 °C pendant 15 h pour les produits ou modes de consommation à risque (crus, cuisson « rosée »...)
- La cuisson à 60 °C pendant 1 minute

Pour aller plus loin : Instruction technique DGAL/SDSSA/2019-20



Les produits halieutiques sont disponibles sous différents conditionnements plus ou moins adaptés aux pratiques en restauration collective.

NOM	DÉFINITION	CONSERVATION	AVANTAGES	INCONVÉNIENTS	ASTUCES
Sous-glace ou « frais en vrac »	Disposé dans des bacs polystyrènes de glace fondante et protégé par un film de protection	<ul style="list-style-type: none"> - Absence de date limite de consommation (DLC) : à consommer le jour même de la livraison (max 48h) - Réception et conservation à + 2°C ou à température de la glace fondante (entre 0 et 2°C pour les mollusques et coquillages vivants) 	<ul style="list-style-type: none"> - Qualité nutritionnelle et gustative préservée - Pertes à la cuisson limitées 	<ul style="list-style-type: none"> - Gestion des déchets en polystyrènes - Gestion des exsudats 	<ul style="list-style-type: none"> - Placer les bacs polystyrènes au-dessus d'un bac en plastique qui permettra de récolter l'exsudat - Éliminer les parties souillées et rincer les poissons
Surgélation	Stocké en froid négatif	Date de durabilité minimale (DDM) sur le produit	<ul style="list-style-type: none"> - Compétitif en termes de prix - Large gamme d'espèces qu'elle que soit la saison 	Risque de perte de la qualité gustative et de détérioration de la texture	
Sous-atmosphère	Stocké dans un mélange gazeux (gaz carbonique (CO2), azote (N2) et oxygène (O2))	Allonge la DLC de 3 à 5 jours par rapport à la réfrigération simple	<ul style="list-style-type: none"> - Qualité nutritionnelle et gustative préservée - Prêt à l'emploi 		
Sous-vide	Emballé sans air	<ul style="list-style-type: none"> - DLC variable - Minimum de 8 jours 	Qualité nutritionnelle et gustative préservée	Inadapté aux produits sensibles à la compression	Ouvrir le produit avant emploi pour le ré-oxygéner

Choisir des fournisseurs adaptés aux exigences sanitaires de la restauration collective

Il existe quelques précautions sanitaires à prendre pour acheter un produit halieutique auprès d'un fournisseur.

		ÉTABLISSEMENT SOUMIS À L'AGRÉMENT CE ex : cuisine centrale	ÉTABLISSEMENT NON SOUMIS À L'AGRÉMENT CE ex : collège, lycée, établissement dérogatoire à l'agrément
Produits primaires vivants ou de 1 ^{ère} transformation issue de la pêche	Fournisseur	Oui si les opérations connexes (abattage, éviscération, conditionnement, ...) sont réalisées à bord du navire	
Autres produits issus de la pêche (conditionnés, transformés)	Fournisseur avec agrément CE	Oui, sans condition	
	Fournisseur avec dérogation à l'agrément CE	Pas possible	Oui, dans la limite de 80 km de distance et pour des quantités restreintes
	Fournisseur sans agrément	Pas possible	Pas possible
Produits issus d'une ferme aquacole ou de l'aquaculture	Fournisseur avec agrément CE	Oui, sans condition	
	Fournisseur avec dérogation à l'agrément CE	Pas possible	Oui, dans la limite de 80 km de distance et pour des quantités restreintes
	Fournisseur sans agrément CE	Seulement pour des produits vivants	

Décrypter l'étiquette à la réception des produits

L'étiquette d'un produit halieutique est source de nombreux renseignements qui sont obligatoires ou volontaires :

Étiquetage des produits halieutiques frais entiers, préparés et/ou conditionnés

INFORMATIONS OBLIGATOIRES	INFORMATIONS VOLONTAIRES
La dénomination commerciale du produit et son nom scientifique	Le port de débarquement La date de débarquement Le lieu d'élevage précis
Le poids net	
Le nom de l'entreprise de conditionnement ainsi que sa marque d'identification	
Les conditions de conservation, la DLC ou la mention "à consommer de préférence avant le ..."	
La méthode de production, catégorie de l'engin de pêche, la zone de pêche ou le pays d'élevage, la mention « décongelé » le cas échéant	

Pour les plats préparés à base de produits halieutiques, l'étiquetage doit mentionner la liste des ingrédients. Cependant, il n'y a pas d'obligation d'indiquer l'origine du produit, l'espèce ou la partie transformée.

LA FRAÎCHEUR

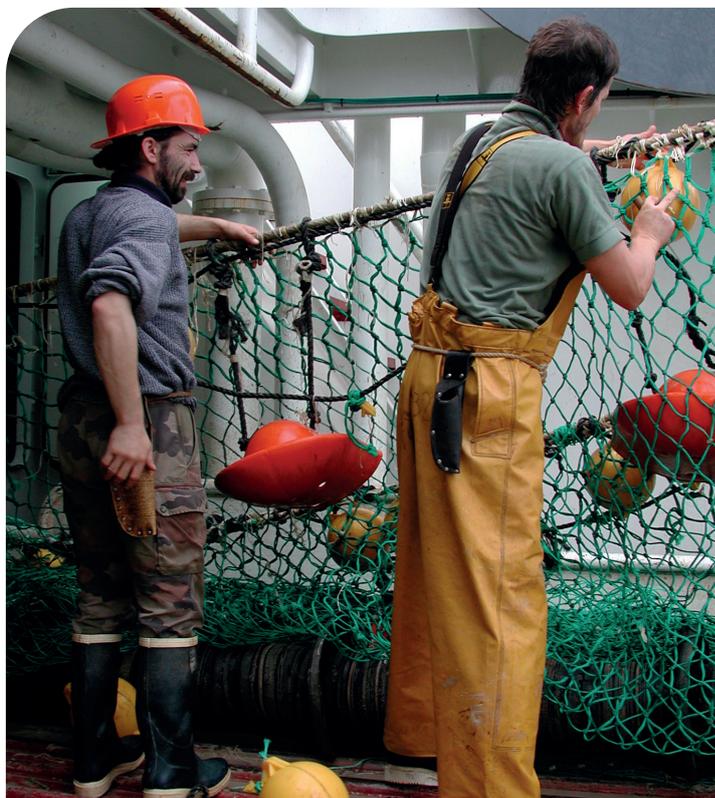
Les produits halieutiques frais vendus en vrac n'ont pas d'obligation d'affichage d'une DLC.

Pour contrôler **la fraîcheur du poisson**, voici les critères à prendre en compte :

- Corps rigide
- Peau brillante, d'un éclat métallique et glissante au toucher
- Oeil clair, vif et brillant
- Ouïes et branchies brillantes, humides, roses ou rouges
- Odeur agréable et légère
- Ecailles brillantes qui ne se détachent pas seules

Privilégier **les produits frais** en cuisine c'est :

- Réduire **les odeurs** (taux d'ammoniac)
- Limiter **les freintes ou pertes d'eau**
- Assurer **une bonne tenue** à la cuisson et des portions justes



Depuis décembre 2014, les vendeurs de produits halieutiques ont l'obligation d'afficher la catégorie de l'engin de pêche, le tableau ci-dessous permet de caractériser les méthodes de pêche :

Méthode de pêche	Casier (ou nasse)	Lignes de traîne et à main	Filet maillant ou trémail	Filet tournant ou soulevé	Chalut	Senne	Dragues
Lieu de pêche	Eaux côtières < 11 km	Des eaux côtières jusqu'au large	Des eaux côtières jusqu'au grand large	De la zone côtière jusqu'au grand large	Au large et grand large	Eaux côtières	Eaux côtières
Fonctionnement	Structure rigide recouverte d'un filet avec appât ou un leurre	Hameçons avec appât ou leurre accroché en bout de ligne	Nappes de mailles maintenues verticalement	Filets verticaux qui encerclent les poissons et avec fermeture par le bas	Filet en forme d'entonnoir Chaluts de fonds utilisés pour la pêche électrique interdits en Europe depuis le 16 Avril 2019	Filet en forme d'entonnoir lesté avec des câbles qui assurent le rabotage du poisson vers l'entrée du filet	Barre de traction qui tire des filets en forme de poche dont la partie avant contient des pics pénétrant dans le sédiment
Les plus et les moins	+ Captures d'excellente qualité - Espèces non-ciblées relâchées vivantes et en bon état	+ Captures d'excellente qualité - Espèces non-ciblées relâchées vivantes et en bon état	- Espèces non-ciblées	+ Espèces souvent homogènes et ciblées	- Captures parfois endommagées - Prise d'espèces non-ciblées	- Impact sur le fond des océans et sa faune	- Impact très important sur le fond des océans avec « labourage » des fonds marins

S'approvisionner avec des produits locaux, frais et de proximité

S'approvisionner avec des produits frais en privilégiant les produits de proximité permet d'avoir un produit de très bonne qualité.

BONNES PRATIQUES :

- Adressez-vous à un mareyeur, à une poissonnerie, à un grossiste ou à un aquaculteur et demandez des produits des criées régionales
- Vérifiez auprès du fournisseur que le produit correspond à la définition de « local » (zone de pêche, port de débarquement...)
- Demandez une transformation adaptée à vos besoins
- Finalisez la commande 2 jours avant car la visibilité des débarquements est de 24 h à 48 h



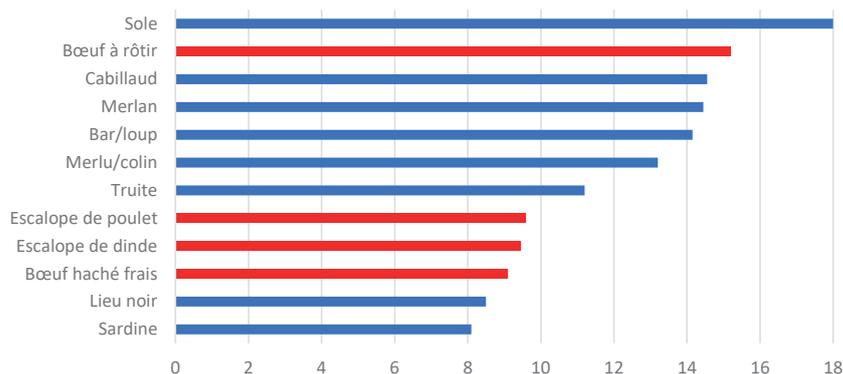
Vous pouvez aussi retrouver certains produits halieutiques sur Approlocal.fr le site de commandes en ligne de produits régionaux, réservé aux professionnels de la restauration hors domicile.



approlocal.fr
LE CIRCUIT DE PROXIMITÉ DES PROFESSIONNELS

POUR FAIRE DES ÉCONOMIES

- Travaillez vous-même le produit : **réalisez vos portions** (comptez en moyenne 20 minutes pour 100 portions)
- Évitez de demander une espèce précise mais **fixez plutôt un prix et une liste d'espèces** en fonction des arrivages
- Achetez des produits **de saison**



Prix moyens des découpes fraîches de poissons et de viande en restauration collective (FranceAgriMer)

COMMENT CUISINER LES PRODUITS HALIEUTIQUES ?



POUR SENSIBILISER LES CONVIVES

- Réaliser des **fiches explicatives**
- Afficher et discuter des **sigles de qualité**
- Organiser des **ateliers de dégustation**
- **Proposer des activités** : *pêche à pied, pêche en étang, récolte de végétaux*
- Organiser des **sorties** (à la mer, à l'aquarium)

Pour susciter l'appétence des convives pour les produits halieutiques, il est recommandé de les **introduire progressivement, de diversifier les recettes et de les sensibiliser aux produits halieutiques.**

Recette n°1 : Crumble de poisson

INGRÉDIENTS Base de 100 personnes

- Poisson blanc : 5 kg
- Poireaux émincés : 5 kg
- Margarine : 1,5 kg
- Farine : 1 kg
- Pétales de maïs : 1 kg
- Mimolette vieille râpée : 0,5 kg
- Crème fraîche épaisse : 1 kg
- Sel et poivre

RECETTE

1. *Suer les poireaux émincés dans la margarine (0,150 kg) jusqu'à parfaite cuisson.*
2. *Saler, poivrer, débarrasser dans un plat allant au four.*
3. *Dorer le poisson dans la margarine (0,100 kg).*
4. *Répartir le poisson émietté sur les poireaux.*
5. *Préparer l'appareil à crumble : couper la margarine restante en petit morceaux. Mettre dans la cuve du batteur : farine, beurre, pétales de maïs, mimolette, sel, poivre et travailler à la palette. Le mélange doit rester très aéré et ne doit pas s'agglomérer.*
6. *Répartir l'appareil à crumble sur le plat.*
7. *Passer au four (200 °C) pour donner le craquant au crumble (environ 20 minutes).*
8. *Au sortir du four, déposer une cuillère de crème fraîche.*

LE PLUS DE LA RECETTE

Du poisson peu visible et un goût peu prononcé pour casser la barrière du : "le poisson ce n'est pas bon".

Recette n°2 : Filet de poisson pané

INGRÉDIENTS Base de 100 personnes

- Filet de poisson blanc (plie, cabillaud, merlan, sole ...) : 100 portions adaptées à l'âge des convives
- Œufs : 30
- Farine : 3 kg
- Pain ou chapelure : 3,5 kg
- Huile : 3 l

RECETTE

1. Saler et poivrer les filets de poisson.
2. Préparer 3 récipients : un avec la farine, un avec la chapelure ou le pain mixé, le dernier avec les œufs légèrement battus.
3. Tremper les filets de poisson dans la farine, puis les œufs battus et enfin la chapelure.
4. Chauffer l'huile dans une poêle et faire cuire des deux côtés jusqu'à obtenir une panure bien dorée.

LE PLUS DE LA RECETTE

Une panure croustillante appréciée des convives. Agrémentez vos panures d'herbes aromatiques, de fruits secs, de céréales...



Recette n°3 : Filet de sole à la crème et à la soude maritime

INGRÉDIENTS Base de 100 personnes

- 200 filets de sole (50 soles entières)
- 2,5 kg de soude maritime
- 1,25 kg beurre – 2,5 l d'huile d'olive
- 5 l de crème liquide pour la cuisson
- 25 échalotes – Sel – Poivre

RECETTE

1. Faire chauffer dans une poêle le beurre et l'huile d'olive.
2. Disposer les filets ou goujonnettes de sole, apporter une coloration, les retirer.
3. Ajouter dans cette poêle, une échalote émincée, la soude maritime ou pompon, puis la crème. Saler, poivrer.
4. Chauffer l'ensemble, laisser réduire 5 minutes et ajouter les goujonnettes.

Proposée par : Baie de Somme Zéro Carbone.

LE PLUS DE LA RECETTE

Cette recette peut se réaliser avec différents poissons, avec ou sans algues. Une sauce pour relever et sublimer le produit.

Recette n°4 : Filet de cabillaud à la bière ambrée

INGRÉDIENTS Base de 100 personnes

- Portion de cabillaud : 130 g/pièce
- Margarine : 0,6 kg
- Farine : 0,6 kg
- Fumet de poisson : 4 litres
- Glace de poisson : 0,3 kg
- Bière ambrée : 75 cl
- Crème UHT : 1,5 l
- Champignons forestiers déshyd. 0,1 kg
- Pistaches mondées : 0,1 kg
- Baies de poivre rose : 0,04 kg
- Ciboulette fraîche : 6 bouquets

RECETTE

1. *Plaquer les portions de cabillaud, assaisonner*
2. *Réaliser un fumet de poisson corsé à la glace de poisson. Y ajouter la bière ambrée et lier avec un roux blond.*
3. *Après réhydratation, hacher les champignons forestiers et les ajouter au velouté.*
4. *Crémer et rectifier l'assaisonnement.*
5. *Cuire les portions de poisson en four vapeur. Débarasser le jus de cuisson (pouvant s'ajouter au velouté au besoin).*
6. *Napper chaque plaque de velouté à la bière. Parsemer de pistache, baies roses et ciboulette hachée.*

Proposée par : M. Hervé DUPLOUY
www.cuisinezleshautsdefrance.fr

Recette n°5 : Papillote de merlan aux légumes d'antan

INGRÉDIENTS Base de 100 personnes

- Filets de merlan : 15 kg
- Panais : 3 kg
- Potirons : 3 kg
- Betteraves rouges crues : 3 kg
- Echalotes : 1,5 kg
- Huile d'olive : 0,3 l
- Crème liquide à 15 % : 1,5 l
- Sel, poivre et baies roses en quantité suffisante

RECETTE

1. *Laver, éplucher les légumes, les tailler en julienne.*
2. *Précuire les légumes en vapeur 10 à 15 minutes (selon la taille choisie).*
3. *Blondir les échalotes à l'huile d'olive et faire revenir les légumes (panais et potirons) pendant quelques secondes. A part faire revenir les betteraves rouges.*
4. *Saler et poivrer.*
5. *Monter les papillotes :*
 - a. *Déposer 80 à 90 g de garniture sur le fond.*
 - b. *Disposer 150 g de filet de merlan par-dessus.*
 - c. *Verser un filet de crème liquide, sel, poivre et baies roses.*
 - d. *Fermer les papillotes.*
6. *Cuire les papillotes au four (160 à 170 °C) pendant 20 min maximum.*

Proposée par :
M.Thierry ROUSSEL et M.Nicolas BUISINE
www.cuisinezleshautsdefrance.fr

LE PLUS DE LA RECETTE

Le merlan peut être remplacé par un autre poisson blanc.

Recette n°6 : Rillettes de merlan aux Lingots du Nord

INGRÉDIENTS Base de 100 personnes

- Filet de merlan : 4 kg
- Lingots du Nord : 2 kg
- Carottes : 2 kg
- Tomates concassées : ½ boîte
- Crème fraîche : 1,5 l
- Citrons : 1,5 kg
- Ciboulette : 3 bottes
- Huile d'olive : 0,5 l
- Oignons : 1 kg
- Fenouil : 0,7 kg
- Sel, poivre

Proposée par : M.Jérôme MOREAU
www.cuisinezleshautsdefrance.fr

LE PLUS DE LA RECETTE

Les rillettes peuvent également être servies sous forme de croque salade ou avec du pain aux noix.

RECETTE

1. Démarrer la cuisson à l'eau froide des Lingots du Nord.
2. Porter à ébullition, laisser cuire 10 minutes.
3. Egoutter, rincer. Recouvrir une seconde fois d'eau froide non salée (environ 2,5 fois le volume des haricots). Cuire à frémissement 1 h environ (l'ébullition éclate le Lingot). Saler à mi-cuisson.
4. Egoutter, réserver.
5. Pocher le poisson dans un bouillon de légumes.
6. Laver, éplucher les légumes.
7. Réaliser la mirepoix d'oignons, réserver.
8. Réaliser la mirepoix de fenouil, la suer à l'huile d'olive, réserver.
9. Réaliser la mirepoix de carottes, la cuire « croquante » à la vapeur, égoutter, réserver.
10. Emincer la ciboulette, réserver.
11. Passer les Lingots du Nord au cutter.
12. Incorporer la crème et le jus de citron, sel, poivre, tomates concassées, mirepoix d'oignons, carotte, fenouil, poisson, huile d'olive, bien mélanger.
13. Rectifier l'assaisonnement et la liaison, réserver au frais.
14. Sur assiette, dresser une feuille de salade, un toast grillé et des boules de rillettes de merlan réalisées avec une cuillère à glace.



Recette n°7 : Tagliatelles à la boulonnaise

INGRÉDIENTS Base de 100 personnes

- Tagliatelles : 10 kg
- Filets de lieu noir fumé sans peau : 2 kg
- Filets de hareng fumé : 2 kg
- Saumon fumé : 1 kg
- Lait : 5 l
- Farine : 1,5 kg
- Crème fraîche : 2 l
- Echalotes : 1 kg
- Fumet de poisson : 10 l
- Vin blanc sec : 1 l
- Margarine : 1,5 kg
- Huile d'olive
- Persil haché
- Sel, poivre, muscade

RECETTE

1. *Eplucher, émincer les échalotes, réserver.*
2. *Émincer les filets de poissons en lardons.*
3. *Faire revenir les échalotes à l'huile d'olive à feu vif.*
4. *Incorporer les lardons de poissons, déglacer au vin blanc, réserver.*
5. *Confectionner un roux blond.*
6. *Ajouter le fumet de poisson, le lait, la crème.*
7. *Rectifier l'assaisonnement.*
8. *Ajouter le persil haché, les lardons de poissons.*
9. *Cuire les tagliatelles.*
10. *Dresser les tagliatelles, napper de sauce.*

Proposée par : M. Didier HECQUET
www.cuisinezleshautsdefrance.fr



POUR NOUS CONTACTER



**AGRICULTURES
& TERRITOIRES**
CHAMBRES D'AGRICULTURE
HAUTS-DE-FRANCE

Aisne - Mireille Chevalier
03 23 22 50 04 - 06 15 89 49 00
approlocal.aisne@hautsdefrance.chambagri.fr

Oise - Laurence Lamaison
03 44 11 44 66 - 06 78 79 05 90
approlocal@oise.chambagri.fr

Nord-Pas de Calais - Caroline Martin
03 21 60 48 89
approlocal@agriculture-npdc.fr

Somme - Céline Rivet
03 22 33 69 74 - 06 86 57 05 88
approlocal@somme.chambagri.fr