

# 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