



Soupe de poissons



Soupe à base de poissons, en bocal, brique ou boîte de conserve, de 780 g à 2,4 kg

La soupe de poissons est le plus souvent servie accompagnée de croûtons, de fromage râpé et de sauce rouille. Elle peut aussi être enrichie de morceaux de poissons et de fruits de mer.



TABLEAU NUTRITIONNEL

Le Nutri-Score a été calculé avec les données fournies par les distributeurs

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	Matières grasses	dont AGS	sel	Rapport P/L	NUTRI SCORE	Industriels Marque
BRAKE	14691	49 kcal	4,6%	3,2 %	2,0 %	NC	NC	2,36	NC	LES DELICES DE LA MER Morvandelles
FRANCE FRAIS	551165	37 kcal	5,2 %	1,2 %	1,1 %	< 0,5 %	1,00 g	4,72		SUD GASTRONOMIE Marque NC
EPISAVEURS	64698	39 kcal	2,3 %	4,0 %	1,4 %	1,0 %	0,70 g	1,64		SILL ENTREPRISES La Potagère
PRO A PRO	31770	81 kcal	3,2 %	6,1 %	4,7 %	0,9 %	2,00 g	0,68		LES DELICES DE LA MER Beaumoulin
TRANSFOURMET	213376	54 kcal	5,8 %	3,2 %	1,4 %	0,3 %	0,84 g	4,14		LARZUL SAS Basso

COMPARAISON DES OFFRES

Après analyse de nos offres, on note que la quantité de poissons utilisée par les industriels varie du simple au double, passant ainsi de 16 à 35 %. Toutefois, si l'on tient compte des recommandations de mise en œuvre, on s'aperçoit qu'il est nécessaire de diluer certaines offres avec de l'eau, ce qui modifiera la concentration en poissons. Ainsi, pour les deux offres qui en contiennent le plus (35 %), il est conseillé de rajouter une fois le volume en eau, ramenant alors à

17,5 % la teneur réelle en poissons contenue dans les portions servies, soit une quantité assez proche de l'offre à 16 %. L'offre à 28 % ne nécessitant pas d'ajout d'eau, elle semble donc la plus intéressante, car même si nous ne connaissons pas le taux exact de dilution de l'offre à 30 %, il est fort probable que la quantité de poissons sera néanmoins inférieure à 28 %.

Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pensez à la soupe de poissons pour corser vos sauces ou vos gratins de fruits de mer.

Thèmes & Recettes

La mer :
Marmite du pêcheur
Le goût:
Soupe des calanques au pastis

LES CONDITIONNEMENTS

Si la qualité d'une soupe de poissons, tant au niveau du goût que de la composition, doit rester l'un des critères principaux en matière de choix, il convient également de sélectionner le bon contenant en fonction du nombre de convives. Cela peut permettre de limiter le gaspillage et la quantité d'emballages à jeter. En effet, entre l'offre en brique de 1,09 kg et celle en boîte 3/1 qui doit être diluée, la différence entre le nombre de portions réalisables est importante, puisque l'on passe de 4 à 20 portions adultes.

Côté service

Au niveau de la classification établie par le GEMRCN, la soupe de poissons est à inclure dans la famille des entrées protidiennes diverses. Concernant les grammages à servir, on peut se référer à ceux préconisés pour n'importe quels autres potages (légumes ou féculents), c'est à dire, 125 g pour les maternelles, 170 g pour les élémentaires et 250 g pour les catégories d'âges supérieurs. Quant à savoir si nos offres sont à comptabiliser dans les entrées contenant plus de 15 % de matières grasses, et bien cela va dépendre de la façon dont elles seront servies. En effet, même si ces dernières ne contiennent que 1,1 à 4,7 % de matières grasses, ce sont surtout les accompagnements tels que le gruyère, les croûtons et/ou la sauce rouille qui risquent de faire augmenter de façon significative la quantité de lipides, puisque ce sont des aliments riches en matières grasses. Ces différents accompagnements vont aussi générer des apports supplémentaires et non négligeables en sel.

	Mise en œuvre	Pays de transformation	Présentation Calibre Conditionnement
BRAKE	dilution : oui, 1 fois son volume d'eau chauffer sans ébullition	France	boîte de conserve, 3/1, poids net 2,4 kg
FRANCE FRAIS	dilution : oui, quantité d'eau NC, chauffer sans ébullition	France	bocal en verre, poids net 780 g
EPISAVEURS	dilution : non, porter le produit à ébullition	France Bretagne	brique UHT, poids net 1,09 kg
PRO A PRO	dilution : oui, 1 fois son volume d'eau chauffer sans ébullition	France	boîte de conserve, 3/1, poids net 2,4 kg
TRANSFOURMET	dilution : non, chauffer sans ébullition	France	boîte de conserve, 3/1, poids net 2,4 kg

	Référence	Dénomination	Poisson et %	Autres ingrédients et %	Epices et aromates	Industriels Marque
BRAKE	14691	soupe de poisson	poisson 35 % , espèce NC	huile de colza % NC, concentré de tomate % NC, oignon déshydraté % NC, épaississant, exhausteur de goût	ail, fenouil, thym, laurier, piment doux, poivre noir, curcuma, curry, girofle, safran, arôme naturel	LES DELICES DE LA MER Morvanelles
FRANCE FRAIS	551165	soupe de poisson à la sétoise	poisson 30 % , espèce NC	double concentré de tomate % NC, vin blanc % NC, huile d'olive extra vierge % NC, tomate % NC, colorant	ail, fenouil, piment doux, piment de Cayenne, poivre	SUD GASTRONOMIE Marque NC
EPISAVEURS	64698	soupe de poisson à la bretonne	poisson 16 % , espèce NC	purée de tomate reconstituée % NC, amidon modifié de maïs % NC, carotte % NC, crème fraîche % NC, oignon réhydraté % NC, beurre % NC, farine de blé % NC, extrait de chicorée % NC, épaississant, exhausteur de goût	arôme, piment	SILL ENTREPRISES La Potagère
PRO A PRO	31770	soupe de poisson à la provençale	poisson 35 % , espèce NC	huile de colza % NC, concentré de tomate % NC, oignon déshydraté % NC, épaississant, exhausteur de goût	ail, fenouil, thym, laurier, piment doux, poivre noir, curcuma, curry, girofle, safran, arôme naturel	LES DELICES DE LA MER Beaumoulin
TRANSFOURMET	213376	soupe de poisson	poissons 28% poissons de l'Atlantique	oignon % NC, carotte % NC, poireau % NC, vin blanc % NC, farine de blé % NC, double concentré de tomate % NC, cognac % NC	ail, persil, thym, fenouil, poivre	LARZUL SAS Basso