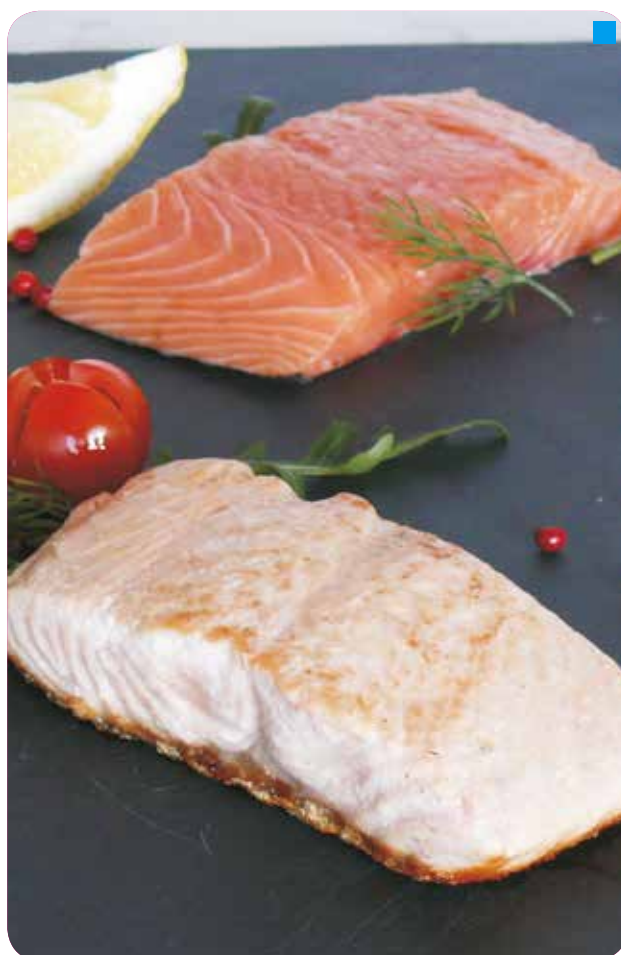


Pavé de saumon

*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 débuté 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 gorbuscha*. 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.

