

# Les produits de la mer et d'eau douce

## CE QUE JE DOIS SAVOIR

Connaître l'origine, la saisonnalité, la classification, les critères de fraîcheur, les préparations préliminaires, les présentations commerciales, les modes de cuisson, les applications culinaires, apprécier l'étiquetage et la réglementation, maîtriser les règles de stockage des poissons d'eau de mer et d'eau douce, et des mollusques et crustacés.

## ORIGINE DES POISSONS

Le poisson sauvage provient de trois types de pêche : côtière, au large, et la grande pêche.

L'augmentation de la consommation a entraîné le développement de la production de poissons d'élevage en pisciculture marine (eau de mer) ou continentale (eau douce) afin de préserver le milieu naturel et permettre l'approvisionnement tout au long de l'année, sans avoir à respecter la saisonnalité.

## CLASSIFICATION DES POISSONS

	Caractéristiques	Exemples
<b>Par origine</b>	Eau de mer Eau douce	Bar, saint-pierre, sole. Brochet, truite.
<b>Par morphologie</b>	Ronds Plats	2 filets : truite. 2 filets : daurade, saint-pierre. 4 filets : sole, turbot.
<b>Par teneur en matières grasses</b>	Poisson gras Poisson demi-gras Poisson maigre	Saumon. Sardine. Brochet.
<b>Poissons migrants</b>		Saumon, anguille.

## LA RÉGLEMENTATION

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2002, une nouvelle réglementation concernant l'étiquetage des produits de la pêche et de l'aquaculture est entrée en vigueur.

Le consommateur doit désormais disposer d'informations précises sur les produits de la pêche ou de la pisciculture vendus au détail : en poissonnerie, en grande et moyenne surfaces ou sur les marchés. Cette obligation d'information concerne les produits provenant de l'Union européenne ou importés dès lors qu'ils sont présentés :

- vivants (en vivier),
- réfrigérés ou congelés,
- entiers ou en filets,
- salés, fumés, en saumure ou appertisés.

## LES MENTIONS OBLIGATOIRES

Elles sont les suivantes :

- le mode de production (sauvage ou élevage),
- la zone de production,
- la dénomination commerciale de l'espèce.

## CRITÈRES DE FRAÎCHEUR DU POISSON

Pour s'assurer qu'un poisson est bien frais, vérifier que les points ci-dessous sont bien conformes :

- **le corps** : rigide et ferme,
- **l'odeur** : fraîche et agréable,
- **l'œil** : vif et brillant,
- **les branchies** : humides et brillantes,
- **la peau** : brillante et intacte,
- **les écailles** : brillantes et adhérentes,
- **l'anus** : hermétiquement fermé.

**PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES**

Préparer ou habiller un poisson comprend différentes phases qui se déroulent de façon chronologique :

1. Ébarber : enlever les nageoires et les barbes.
2. Écailler.
3. Vider.

4. Dépouiller si nécessaire (lotte) : enlever la peau.
5. Laver ou rincer à l'eau claire.

L'habillage doit impérativement se faire loin des autres préparations, ou mieux dans une pièce réservée, facile à nettoyer et désinfecter.



**CLASSIFICATION DES MOLLUSQUES ET CRUSTACÉS**

Mollusques : animaux à corps mou			Crustacés : animaux à carapace			Autres animaux aquatiques
Eau de mer			Eau de mer		Eau douce	Eau de mer
Sans coquille (céphalopodes)	1 coquille (gastéropodes ou univalves)	2 coquilles (lamellibranches ou bivalves)	Gros crustacés	Petits crustacés	Petits crustacés	
Poulpe, seiche, encornet, calmar.	Bulot, bigorneau, escargot.	Moules, huîtres, saint-jacques, palourdes, coques.	Crabe, tourteau, araignée de mer, langouste, homard.	Langoustine, crevette, gambas, étrille.	Écrevisse.	Oursin.

**ÉTIQUETAGE**

Les coquillages ont une taille marchande minimale en dessous de laquelle ils ne peuvent être ni pêchés ni commercialisés. Ils doivent être vendus accompagnés d'une étiquette de salubrité numérotée garantissant la qualité sanitaire. Apposée sur le colis ou sur la bourriche, elle doit comporter les mentions obligatoires suivantes :

- l'expéditeur,
- le pays d'origine,
- le numéro du département et le numéro d'identification du producteur,
- la dénomination du produit,
- la date de conditionnement,
- le numéro de l'étiquette,
- le nombre ou le poids,
- la catégorie et le calibre.

---



---

## RÈGLES DE STOCKAGE, D'HYGIÈNE ET DE BONNES PRATIQUES

Le poisson frais peut être conservé, sur glace pilée, au maximum 48 h entre 0 et +2°C, dans un timbre exclusivement réservé aux poissons. Crabes, langoustes et homards peuvent être conservés vivants en vivier d'eau de mer reconstituée. Les autres mollusques et crustacés vivants ou cuits frais se conservent de 3 à 5 jours en chambre froide positive, entre 0 et +2°C, dans leur emballage d'origine.

Afin de conserver les qualités organoleptiques, il est nécessaire d'appliquer les règles d'hygiène et de bonnes pratiques suivantes :

- mettre la glace pilée dans un timbre réfrigéré à double fond pour permettre l'évacuation de la glace fondue,
- couvrir la glace pilée d'un film alimentaire pour éviter d'altérer la chair du poisson,
- disposer le poisson puis le recouvrir à nouveau de film alimentaire et de glace pilée.

---



---

## PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES, APPLICATIONS CULINAIRES ET MODES DE CUISSON DES MOLLUSQUES ET CRUSTACÉS

	Mollusques	Crustacés
Préparations préliminaires	Laver et brosser.	Laver et brosser, gratter et éliminer le byssus (moules), ébarber (coquilles Saint-Jacques), vider, battre (poulpes).
Applications culinaires	Plateau de fruits de mer à base d'éléments crus (huîtres, moules, palourdes, praires), moules à la marinière, vol-au-vent, noix de saint-jacques grillées, cannelloni de seiche aux poivrons.	Buisson de crevettes, homard grillé à l'armoricaine, feuilleté d'écrevisses aux giroles, tartare de langoustines à la citronnelle.
Modes de cuisson	Cuisson à la marinière, pocher, sauter, frire, griller.	Pocher, sauter, frire, griller.