



## Filets de hareng doux, fumés à l'huile et aux aromates BIO - 180g



RICHE EN  
Omega 3

RICHE EN  
Protéines

RICHE EN  
Vitamine B12

RICHE EN  
Vitamine D



### Présentation

Pêché dans les eaux froides au large de la Norvège, ce Hareng est salé en saumure, puis lentement fumé dans nos coresses (fours à bois traditionnels), avant d'être débarrassé de sa peau. Un petit trou en haut de chaque filet et des reflets argentés, tels sont les témoins d'une préparation de haute qualité, signée J.C. David.

Nos labels entrepreneurs + engagés, EPV et label rouge sont à l'image de nos valeurs, vous assurant des pratiques éthiques et responsables, des méthodes de préparation ancestrales et artisanales, l'excellence du savoir-faire français et la qualité supérieure de nos produits.

### Notre suggestion de préparation

Egouter les filets, déguster à température ambiante accompagné de pommes de terre fermes et tièdes.

### Aspect nutritionnel

La consommation de poisson contribue à la diminution du risque de maladies coronariennes (artères), au développement cognitif et améliore la santé cardiovasculaire. Notre hareng est naturellement riche en protéines et en acides gras oméga 3. Ces acides gras sont considérés comme le « bon » gras, que l'on ne consomme pas assez, mais qui permet de rétablir le ratio (oméga 6)/(oméga 3) à 4, alors qu'il est actuellement de 10 (ANSES : Agence Nationale de Sécurité de l'alimentation, de l'environnement et du travail). Les oméga 3 vont éviter des troubles de la vision et du fonctionnement cérébral. Ils sont également nécessaires au bon fonctionnement de la rétine et du système nerveux. Les filets sont riches en vitamine B12 et en vitamine D. Ne pas cuire les filets permet de conserver toutes leurs qualités nutritionnelles. Notre produit est saumuré manuellement au sel de mer, et couvre naturellement la quasi-totalité de vos apports journaliers recommandés par l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé). Produit BIO sans additif.

L'huile de colza a le ratio (oméga9)/(oméga6)/(oméga3) le plus équilibré. Sa combinaison avec le hareng doux favorise l'assimilation des oméga3.



Désignation							
<b>Filets de hareng doux fumé à l'huile et aux aromates BIO - 180g</b>							
Date de création :	01/07/2010	Page :	2/2	Code article :	1403		
Date de révision :	09/06/2021	Ref :	C-D-45	Gencod :	3461820013019		
Transport et conservation							
A conserver entre 0°C et +4°C. Après égouttage, à consommer en l'état dans les 24h, dans la limite de la durée de vie.				DLC garantie à réception :	24 jours		
Composition							
<b>Ingrédients :</b>				<b>Valeurs nutritionnelles (pour 100g)</b>			
<b>Filets de HARENG</b> ( <i>Clupea harengus</i> - pêché en Atlantique Nord-Est (sous-zone IIa : Mer de Norvège), à la senne), sel, huile de colza*, oignon*, carottes*, poivre noir*, thym*, laurier*. *Produit issu de l'agriculture biologique - 35% des ingrédients agricoles sont issus de l'agriculture biologique - certifié par FR-BIO-10 <b>Allergène : poisson</b>				Valeur énergétique :	855kJ/206kcal		
				Matières grasses :	15g		
				Dont acides gras saturés :	2,4g		
				Glucides :	1,4g		
				Dont sucres :	0g		
				Protéines :	15g		
				Sel:	3,5g		
Critère à DLC		m		Produit transformé en France - FR 62-160-703-CE. Produit fini <b>non ionisé</b> . Ne contient pas d'ingrédient ionisé. Produit <b>non soumis à l'obligation d'étiquetage OGM</b> conformément à la réglementation (CE 1829/2003 et CE 1830/2003)  Absence de corps étrangers dangereux. Malgré le soin apporté dans la préparation de nos produits, la présence exceptionnelle de fines arêtes ne peut être totalement exclue.			
Flore 30°C/g		1 000 000					
E.coli/g		<10					
Staphylocoques à coagulase +/g		<100					
Listeria monocytogenes/g		Absence					
Logistique et conditionnement							
Type	Nombre d'U.V.C.	Poids Brut (en kg)	Poids net (en kg)	longueur (en mm)	largeur (en mm)	Hauteur (en mm)	Conditionnement
U.V.C.	1	0,197	0,18	95	95	52	Pot en PP+couvercle inviolable. L'emballage direct est conforme au Règlement Européen 1935/2004 Carton blanc imprimé JCDAVID
Carton	8	1,75	1,08	292	230	90	
Rédacteur				Consignes de tri			
Nom	Davina MILLE - Responsable Qualité						