



## Filets de maquereau fumés - 1kg



RICHE EN  
Protéines

RICHE EN  
Omega 3

RICHE EN  
Vitamine B12

RICHE EN  
Vitamine B3

RICHE EN  
Vitamine D

### Présentation

Pêchés en Atlantique Nord-Est, les filets de maquereau sont longs et épais. Leur salage au sel de mer et fumage à chaud leur donnent leur texture moelleuse. Nos labels entrepreneurs + engagés et EPV sont à l'image de nos valeurs, vous assurant des pratiques éthiques et responsables, des méthodes de préparation ancestrales et artisanales, et l'excellence du savoir-faire français.

### Notre suggestion de préparation

Les filets se consomment habituellement froid l'été en salade et plutôt chaud l'hiver, réchauffés au four accompagnés de pommes de terre vapeur.

### Aspect nutritionnel

La consommation de poisson contribue à la diminution du risque de maladies coronariennes (artères), au développement cognitif et améliore la santé cardiovasculaire. Nos filets sont naturellement riches 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. Nos maquereaux sont riches en vitamine B12, vitamine B3, et en vitamine D. Ces vitamines vont être d'une grande aide dans de nombreuses fonctions de l'organisme.

Notre produit est saumuré manuellement au sel de mer, et couvre naturellement la moitié de vos apports journaliers recommandés par l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé). Produit sans additif.



Désignation							
<b>FILETS DE MAQUEREAU FUMES NATURE MAP 1kg</b>							
Date de création :	13/02/2020	Page :	2/2	Code article :	197		
Date de révision :	26/07/2024	Ref :	C-D-197	Gencod :	3461820070074		
Transport et conservation							
A conserver entre 0 et 4°C - Après ouverture, à consommer dans les 72h dans la limite de la durée de vie.				DLC garantie à réception :	23j		
Composition							
<b>Ingrédients :</b>				<b>Valeurs nutritionnelles (pour 100g)</b>			
Filets de <b>MAQUEREAU</b> ( <i>Scomber scombrus</i> , pêché au chalut en mer du Nord et Ouest Ecosse), sel  <b>Allergène</b> : poisson				Valeur énergétique :	1161kJ (279kCal)		
				Matières grasses :	22g		
				Dont acides gras saturés :	6,0g		
				Oméga 3 : EPA + DHA	3,83g		
				Glucides :	1,8g		
				Dont sucres :	0g		
				Protéines :	19g		
				Sel:	2,0g		
				Vitamines B3 :	10mg		
				Vitamines B12 :	9,91µg		
Vitamines D :	5,2µg						
Critère à DLC		m		Produit transformé en France par JC DAVID 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)  Présence d'arêtes Présence de peau			
Flore 30°C/g		1 000 000					
Entérobactéries/g		<100					
E.coli/g		<10					
ASR/g		<10					
Salmonelles		Absence					
Listeria monocytogenes/g		<100					
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. (1kg)	1	1,081	1	325	260	40	Emballage primaire : Barquette PP + Film alimentaire – conditionné sous atmosphère modifiée (aligal 15 (50CO2/50N2))
Rédacteur				Consignes de tri			
Nom	Davina MILLE - responsable Qualité			 <b>Barquette + film : bac de tri</b>			