



FUMAGE À L'ANCIENNE

## Filet de Maigre fumé



RICHE EN  
Protéines

RICHE EN  
Omega 3

RICHE EN  
Iode

RICHE EN  
Vitamine B12

### Présentation

Le maigre est un poisson blanc au goût et à la texture très proches du bar. À l'âge adulte, les individus mesurent entre 50 cm et un mètre, pesant de 10 à 30 kg. Méconnu parce qu'il est rare sur les étals des poissonniers, le maigre voit son succès grandir auprès des restaurateurs, du fait de son excellent rapport qualité/prix. Notre maigre est issu d'un élevage 100% français, nous venant tout droit de Corse. 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

A consommer tel quel en salade accompagné de légumes cuits ou d'agrumes. Assaisonnez d'un filet d'huile d'olive, un peu de jus de citron frais et un tour de moulin à poivre.

### 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 maigre 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. Notre produit est naturellement riche en iode et riche en vitamine B12. 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 sans additif.



Désignation							
<b>Filet de Maigre fumé en Coresses sous-vide</b>							
Date de création :	27/05/2019	Page :	2/2	Code article :	300		
Date de révision :	24/03/2021	Ref :					
Transport et conservation							
A conserver entre 0°C et +4°C. A consommer dans les 24h après ouverture du sachet dans la limite de la durée de vie.				DLC garantie à réception :	14 jours		
Composition							
<b>Ingrédients :</b>				<b>Valeurs nutritionnelles (pour 100g)</b>			
<b>Maigre</b> ( <i>Argyrosomus regius</i> , Elevé en Corse), sel. <b>Allergène</b> : Poisson				Valeur énergétique :	542 kJ / 129 kcal		
				Matières grasses :	5,5 g		
				Dont acides gras saturés :	1,7 g		
				Glucides :	0 g		
				Dont sucres :	0 g		
				Protéines :	20 g		
				Sel :	2,5 g		
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 d'arêtes ne peut être totalement exclue.			
Flore aérobie mésophile/g		1 000 000					
Escherichia coli/g		< 10					
Staphylocoques à coagulase +/g		< 100					
Listeria monocytogènes/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.	1	-	-	680	230	50	Gaine neutre PET/PE Plaque cartonnée Etiquette blanche papier thermique - l'Emballage direct est conforme au Règlement Européen 1935/2004.
Rédacteur				Consignes de tri			
Nom	Davina Mille - Responsable Qualité			Plaque carton et gaine plastique à jeter			

Ets J.C. DAVID SAS - 15-17, rue G. Honoré - 62200 Boulogne-sur-Mer - France

Tél. : (33) 03 21 87 38 31 - Fax : (33) 03 21 33 68 82 - e-mail : jcdavidsalaison@jcdaavid.fr - site : www.jcdaavid.fr