



## Bouffis fumés - 300g



RICHE EN  
Protéines

RICHE EN  
Omega 3

RICHE EN  
Vitamine B12

RICHE EN  
Vitamine D

### Présentation

Le hareng mis en œuvre est pêché dans les mers froides au large de la Norvège. C'est un hareng entier, plein de ses œufs ou de sa laitance qui est salé plusieurs jours puis fumé dans des fours à bois à l'ancienne, à la verticale pour une meilleure répartition des fumées. 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

Il peut être consommé braisé, cuit au four ou à la vapeur. A déguster avec des pommes de terre chaudes.

### 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 vos apports journaliers recommandés par l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé). Produit sans additif.



Désignation							
<b>Bouffis fumé à l'ancienne sous-vide 300g</b>							
Date de création :	17/12/2018	Page :	2/2	Code article :	198		
Date de révision :	14/10/2021	Ref :	C-D-33	Gencod :	346182003023(8)		
Transport et conservation							
A conserver entre 0°C et +4°C - Après ouverture, à consommer dans les 24h 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>Hareng*</b> (Espèce : Clupea Harengus, pêché à la senne en Atlantique Nord-Est (Sous-zone II : Mer de Norvège et autre sous-zone)) 96,5%, sel 3,5%  <b>Allergène :</b> poisson				Valeur énergétique :	905kJ/217kcal		
				Matières grasses :	17g		
				Dont acides gras saturés :	3,6g		
				Glucides :	0,8g		
				Dont sucres :	<0,5g		
				Protéines :	19g		
				Sel:	3,5g		
Critère à DLC		m		Produit transformé en France N° d'agrément : 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)  Poisson entier - présence de peau et d'arêtes			
Flore 30°C/g		1 000 000					
Coliformes 44°C/g		<10					
ASR/g		<10					
Staphylocoques à coagulase +/g		<100					
Salmonelles		Abs dans 25g					
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	0,31	0,3	420	110	50	Gaine neutre PA/PE. L'emballage direct est conforme au Règlement Européen 1935/2004 Emballage carton imprimé JCD
Carton	10	3,78	3	400	295	180	
Rédacteur				Consignes de tri			
Nom	Davina MILLE - Responsable Qualité			Sachet neutre à jeter			