



Bouffis fumés - 3kg



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								
Bouffis fumés vrac caisse bois 3kg								
Date de création :		27/01/2009	Page :		2/2	Code article :		4
Date de révision :		13/01/2026	Ref :		C-D-4	Gencod :		3461820031037
Motif de révision :		mise à jour engin / sous-zone de pêche - valeurs nutritionnelles - gencod - retrait n° fax						
Transport et conservation								
A conserver entre 0°C et +4°C					DLC garantie à réception :		14 jours	
Composition								
Ingrédients :				Valeurs nutritionnelles (pour 100g)				
HARENG (POISSON) (<i>Clupea Harengus</i> , pêché au chalut en Atlantique Nord-Est, eaux islandaises), sel.				Valeur énergétique :		905 kJ/217 kcal		
				Matières grasses :		14 g		
				Dont acides gras saturés :		3,6 g		
				Oméga 3 :		2,3 g		
				Glucides :		0,8 g		
				Dont sucres :		0 g		
				Protéines :		19 g		
				Sel :		2,2 g		
				Vitamine B12 :		13,4 µg		
Vitamine D :		17,7 µg						
Critère à DLC				m		Produit transformé en France N° d'agrément : FR 62-160-703-CE. Produit fini non ionisé. Ne contient pas d'ingrédient ionisé. Produit non soumis à l'obligation d'étiquetage OGM conformément à la réglementation (CE 1829/2003 et CE 1830/2003) Elaboré en France - Fumé à l'ancienne dans de véritables fours à bois. 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	
caisse bois 3kg	1	3,5	3	390	360	75	Emballé dans un film polypro imprimé puis mis en caisse bois. Couvercle bois agrafé L'emballage direct est conforme au Règlement Européen 1935/2004	
Rédacteur				Consignes de tri				
Nom	Davina MILLE Responsable Qualité-R&D-Environnement			 CAISSES BOIS et FILM à trier				