

DORADE GRISE

Informations clés



NOM LATIN : *Spondyliosoma cantharus*



TAILLE MINIMALE DE COMMERCIALISATION : 23 cm



ZONES DE PÊCHE : Manche Est et Ouest, Golfe de Gascogne, Golfe du Lion



PRINCIPALES TECHNIQUES DE PÊCHE : chalut de fond, chalut pélagique, senne coulissante, palangre calée, filets maillants



PRINCIPAUX LIEUX DE DÉBARQUEMENT : Port-en-Bessin, Granville, Cherbourg

EN BREF

- C'est un poisson maigre, également appelé « grisset ».
- Appréciee pour sa chair blanche, ferme, délicate et parfumée, la dorade est riche en protéines.

LE SAVIEZ-VOUS ?

- Ne pas confondre la dorade grise avec la daurade royale dont le signe distinctif est un croissant doré à la hauteur des yeux.
- La dorade grise est hermaphrodite, c'est-à-dire qu'elle change de sexe au cours de sa vie. D'abord femelle, elle devient mâle vers l'âge de 7 ans.
- Attention, sur les étals, la dorade est le plus souvent issue de l'élevage.

AVIS DE TEMPÊTE

Pas de dorade grise à l'arrivage ? Elle peut être remplacée par :

- | | | | |
|---------------------|----------------|-------------|--------------|
| • la daurade royale | • le bar | • le merlan | • le sébaste |
| • l'églefin | • le cabillaud | • le mullet | • le tacaud |

En savoir + sur les périodes de disponibilité des produits de la mer sur :

<https://www.pavillonfrance.fr/disponibilite-produits-mer>



PavillonFrance Pavillon France pavillon.france

Commandez gratuitement les outils sur [pavillonfrance-pro.fr](https://www.pavillonfrance-pro.fr)
Consultez nos recettes et astuces sur [pavillonfrance.fr](https://www.pavillonfrance.fr)

DORADE GRISE

Consommation

PRIX
€ € €



PRÉPARATION

Il est possible de la préparer au four, à la vapeur, à la poêle. Elle peut également être servie crue et marinée.

Recommandations de consommation : cuire à cœur pendant 1 minute à 60°C ou congeler à -18°C pendant 7 jours pour une consommation crue ou peu cuite.



CUISSON

	 AU FOUR	 À LA POÊLE Filet de 2 cm	 AU MICRO-ONDES Filet de 2 cm
POIDS NET	600 g	200 g	200 g
TEMPS	15 min	4-5 min/face	2 min
°C	200°	-	puissance maximale



CONSERVATION

Si la dorade est encore bien raide, elle se conserve 24 heures au frais. Au-delà, il vaut mieux la congeler vidée et écaillée.



IDÉE RECETTE

Papillotes anisées de dorade grise

 35 min

INGRÉDIENTS :

- 4 dorades parées
- 3 oranges
- 2 bulbes de fenouil
- 1 cuillère d'huile d'olive
- 1 pincée de sel



PRÉPARATION :

- Préchauffer le four à 210°C. Rincer et égoutter les dorades.
- Pocher le fenouil 5 minutes dans de l'eau bouillante.
- Éplucher à vif et trancher les oranges.
- Découper 4 rectangles de papier cuisson et déposer les dorades au centre.
- Saler, poivrer, ajouter le fenouil puis l'orange. Arroser d'huile à votre convenance, refermer en papillote et enfourner 15 minutes. Servir chaud.



PavillonFrance Pavillon France pavillon.france

Commandez gratuitement les outils sur pavillonfrance-pro.fr
Consultez nos recettes et astuces sur pavillonfrance.fr

DORADE GRISE

Fiche d'agréeage dorades : dorade grise, daurade royale et dorade rose

Espèces soumises à des tailles minimales de capture

Accédez à l'outil « **Référentiel qualité - Points de vente** » de PAVILLON FRANCE sur pavillonfrance-pro.fr

PEAU/ROBE

QUALITÉ MAXIMALE



- Couleurs argentées vives et très brillantes
- Forte irisation

QUALITÉ MINIMALE ACCEPTABLE



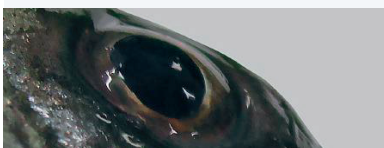
- Couleurs vives et légèrement brillantes
- Très légère irisation encore présente

CRITÈRES DE REFUS PAVILLON FRANCE



- Couleurs ternies - Aspect sec
- Grattée

OEIL



- Bombé
- Noir brillant

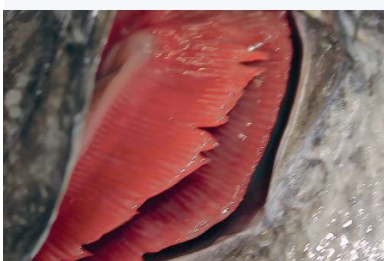


- Plat
- Voilé

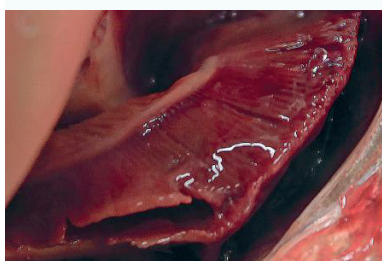


- Légèrement creux
- Complètement voilé

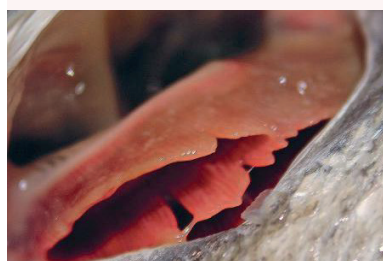
BRANCHIES



- Rouges foncées vives
- Arcs branchiaux individualisés



- En voie de décoloration



- Brunissement - Arcs branchiaux collés entre eux
- Mucus épais

RIGIDITÉ



- In rigor



- Partiellement rigide et assez ferme



- Légèrement mou



PavillonFrance Pavillon France pavillon.france

Commandez gratuitement les outils sur pavillonfrance-pro.fr
Consultez nos recettes et astuces sur pavillonfrance.fr