

MERLAN

Informations clés



NOM LATIN : *Merlangius merlangus*



TAILLE MINIMALE DE COMMERCIALISATION : 27 cm



ZONES DE PÊCHE : Mer du Nord, Manche, Mer Celtique, Golfe de Gascogne



PRINCIPALES TECHNIQUES DE PÊCHE : chalut, palangre, senne, filet et ligne



PRINCIPAUX LIEUX DE DÉBARQUEMENT : Arcachon, Audierne, Boulogne-sur-Mer



ÉTATS DES STOCKS EUROPÉENS : www.stats-et-peche.fr/especes

EN BREF

- Sa chair blanche est délicate et très digeste.
- C'est un poisson dit « maigre », car il a une faible teneur en graisses.
- C'est l'un des poissons préférés des enfants, surtout en filet et pané.

AVIS DE TEMPÊTE

Pas de merlan à l'arrivage ? Il peut être remplacé par :

- l'églefin
- le tacaud
- le lieu
- le cabillaud

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
Consultez nos recettes et astuces sur pavillonfrance.fr

MERLAN

Consommation

PRIX
€ € €



PRÉPARATION

- Il peut être grillé, poché ou cuit en papillote.
- Attention, sa chair délicate se fragilise à la cuisson, il ne supporte pas les cuissons rapides.

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 FOUR MICRO-ONDES

Filet de 2 cm

	AU FOUR	À LA POÊLE Filet de 2 cm	AU FOUR MICRO-ONDES Filet de 2 cm
POIDS NET	200 g	200 g	200 g
TEMPS	15 min	4 à 5 min	2 min
°C	180°	-	puissance max



CONSERVATION

À consommer de préférence le jour même de l'achat, ou dans les 48 heures. Sinon, le congeler, vidé et écaillé.
À conserver dans la partie la plus froide du réfrigérateur (entre 0 et 4 °C).



IDÉE RECETTE EXPRESS

Merlan poêlé et citronné

10 min

INGRÉDIENTS :

- 2 filets de merlan de 150 g environ
- 2 citrons
- 40 g de farine
- Un peu de beurre
- Persil
- Sel



©COOKLOOK

PRÉPARATION :

- Passer les filets de merlan dans un peu de farine.
- Cuire les filets 3 à 4 min dans une poêle bien chaude avec un peu de beurre.
- Arroser d'un filet de jus de citron avec un peu de persil.
- Servir chaud avec un peu de riz et de légumes.



PavillonFrance Pavillon France pavillon.france

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

MERLAN

Fiche d'agrément merlan et autres poissons blancs : églefin, tacaud, congre

Espèces soumises à des tailles minimales de capture

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

QUALITÉ MAXIMALE



PEAU/ROBE



- Couleurs vives et brillantes
- Nette différence entre le dos et le ventre

OEIL



- Bombé
- Noir brillant

BRANCHIES



- Rouges à rose vif
- Arcs branchiaux individualisés

COULEUR CHAIR



- Blanche brillante

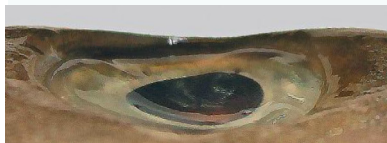
RIGIDITÉ

- Ferme

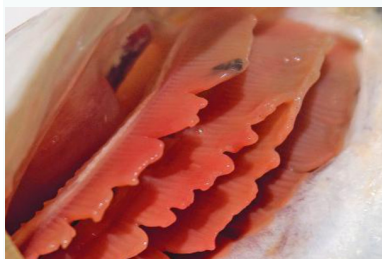
QUALITÉ MINIMALE ACCEPTABLE



- Couleurs ternies mais visibles
- Distinction entre le dos et le ventre encore possible



- Légèrement creux
- Voilé



- En voie de décoloration
- Mucus présent - Arcs branchiaux adhérents



- Rosée

- Assez ferme

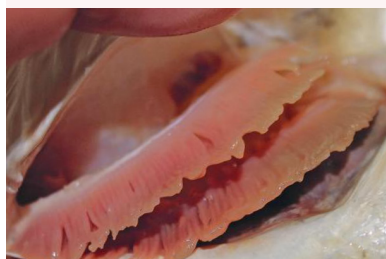
CRITÈRES DE REFUS PAVILLON FRANCE



- Décoloration prononcée
- Distinction entre le dos et le ventre compliquée



- Creux
- Complètement voilé



- Décolorées - Brunissement
- Arcs branchiaux collés entre eux



- Jaunâtre
- En voie d'oxydation

- Molle



PavillonFrance Pavillon France pavillon.france

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