

VIVE

Informations clés



NOM LATIN : *Trachinus draco*



ZONES DE PÊCHE : Mer du Nord, Manche et Mers Celtiques, Golfe de Gascogne et Golfe du Lion



PRINCIPALES TECHNIQUES DE PÊCHE : Chalut de fond, chalut pélagique, senne danoise



PRINCIPAUX LIEUX DE DÉBARQUEMENT : Boulogne-sur-Mer, Saint-Jean-de-Luz, Arcachon

EN BREF

- Poisson à la chair blanche et ferme, d'un goût très délicat.
- Faire attention en manipulant la vive et éviter de toucher la tête car on peut s'y piquer.
- La vive vit dans les faibles profondeurs sur les sédiments sablonneux ou gravillonneux fins, dans lesquels elle s'enfouit.
- Elle peut descendre jusqu'à 100 m de profondeur l'hiver lors de ses migrations.
- Elle a une robe de couleur jaunâtre, tachetée de bleu sur le dos et le haut des flancs, de mauve et de jaune sur le dessous et au niveau du ventre, des écailles humides.

LE SAVIEZ-VOUS ?

- La vive possède des épines au-dessus de l'oeil et une joue quasiment démunie d'écailles.
- Elle est appréciée en Méditerranée dans la fameuse bouillabaisse.

AVIS DE TEMPÊTE

Pas de vieille à l'arrivage ? Vous pouvez le remplacer par le congre.

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)

VIVE

Consommation

PRIX
€ € €



PRÉPARATION

Très pourvue en arêtes, il est préférable de la consommer en filets.

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	1 kg	200 g	200 g
TEMPS	20 min	4-5 min/face	2 min
°C	200°	-	puissance maximale



CONSERVATION

Elle se conserve 48 h dans le bac à légumes du réfrigérateur, protégée dans un film alimentaire.



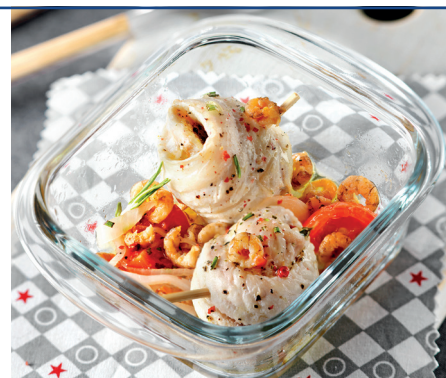
IDÉE RECETTE

Filet de vive au micro-ondes

 20 min

INGRÉDIENTS :

- 800 g de filets de vive
- 10 tomates cerise
- 2 échalotes
- 1 brin de thym
- 1 brin de romarin
- 1 citron
- 50 ml d'huile d'olive



PRÉPARATION :

- Découper les filets de vive en morceaux équivalents et les déposer dans un plat allant au micro ondes.
- Ajouter les tomates coupées en 4, les échalotes et les aiguilles de romarin finement émincées, le thym effeuillé, arroser de jus de citron et d'huile, saler, poivrer, mélanger et couvrir de film alimentaire.
- Cuire au micro-ondes une quinzaine de minutes.



PavillonFrance Pavillon France pavillon.france

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