



Terrine de merlu

à la tapenade rouge et origan BIO

Le merlu, aussi appelé « colin », est un poisson de la famille des cabillauds. Poisson très présent sur le golfe de Gascogne de mars à juillet mais présent toute l'année sur les côtes françaises. Il peut atteindre 110cms et peut vivre jusqu'à 1000m de profondeur. Sa pêche est règlementée dans l'Atlantique du Nord pour éviter toute menace de surpêche.

Apports nutritionnels : Poisson maigre avec moins de 1 g de lipides pour 100 g. Il est également une bonne source de protéines avec 16 g pour 100 g

Nous avons confectionné cette terrine de merlu à la tapenade rouge et origan BIO. La terrine est élaborée à partir des filets de merlu frais issus du golfe de Gascogne.

Cette recette étonnante ravira les gastronomes grâce à l'onctuosité, la fraîcheur et la vivacité de sa saveur provençale.

Conseils de dégustation : Dégustez cette terrine bien fraîche (entre 4 et 6°C) sur des toasts de pains grillés avec un filet de jus de citron ou une goutte d'huile d'olive fruitée. Cette terrine peut également servir de base pour aromatiser des sauces chaudes ou froides, comme vos recettes de beurre blanc, ou mayonnaise.

Ingrédients : Filets de merlu (50%), crème*, vin blanc*, concentré de tomates* (6,5%), olives noires* (5%), olives vertes* (5%), basilic* (1%), sucre*, poivre*, ail*, sel, carraghénanes, amidon de maïs*.

*49% des ingrédients agricoles biologiques

Allergènes : Poissons, lait, sulfites.

Conservation : Dans un endroit frais et sec. Veillez à la placer au réfrigérateur avant leur dégustation. Après ouverture, conserver au réfrigérateur et consommer rapidement.

Verrine : 90g

DLUO garantie : 4 ans

Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100g :

Energie : 553 KJ (133Kcal), Matières grasses : 8,1g (dont acides gras saturés : 4,8g), Glucides : 6,1g (dont sucres : 1,6g), Protéines : 8,2g, Sel : 1,6g

"conserve ta mer"
- sauvage et bio -