



Bar de ligne

DU COTENTIN

L'EXCELLENCE A L'ETAT PUR !

PRÉSENTATION

Le Bar est un poisson noble par Excellence. Sauvage et pêché à la ligne, il devient un produit haut de gamme. Mais encore faut-il le reconnaître sur l'étal de son poissonnier. C'est pourquoi les ligneurs de Barfleur à Port en Bessin, en passant par Saint-Vaast la Hougue, réunis au sein de l'Association des Ligneurs de Normandie identifient leurs poissons de ligne avec cette étiquette :



QUALITÉ

Cette pêche très qualitative conduit à la capture de poissons remontés vivants sur le pont du bateau, sans aucune blessure ni ecchymose. La Charte Qualité établie par NFM n'impose donc que peu de contraintes supplémentaires, liées au traitement et la conservation du poisson après la pêche.

CHARTRE QUALITÉ POISSON DE LIGNE DU COTENTIN

- Pêché à la ligne au cours d'une marée inférieure à 12h00
- Saigné ou éviscéré dès sa montée à bord
- Poisson de qualité Extra à la vente en criée
- Conditionné et glacé sur une seule épaisseur de poisson
- Etiquetage de chaque poisson, avec le nom du bateau



LIEUX DE PÊCHE

Lorsqu'il chasse, le Bar affectionne particulièrement les zones de forts courants. Avec ses courants parmi les plus forts d'Europe, la pointe de Barfleur est un lieu privilégié pour rencontrer ce prédateur.

Mais le Bar apprécie également de pouvoir se reposer et on le rencontre aussi aux abords et à l'intérieur des nombreuses épaves qui jalonnent tout le littoral de la Normandie.

C'est vers ces lieux que chaque jour, les ligneurs sortent en mer pour capturer ce poisson prestigieux :



POUR UNE PÊCHE RESPONSABLE

Le Bar de Ligne du Cotentin est pêché à la ligne traînante, à bord de bateaux de 6 à 8 mètres. Cette technique de pêche, dite douce car elle n'abîme pas les fonds (le poisson est capturé en pleine eau), est doublement sélective. elle permet à la fois de sélectionner les espèces pêchées (Bar et Lieu jaune essentiellement) et les individus adultes.

Les rares juvéniles capturés, dont la taille est inférieure à 36cm pour le Bar, sont relâchés parfaitement vivants, leur survie n'étant pas du tout menacée.

On peut donc réellement parler de «prélèvement» par l'Homme sur la ressource naturelle, puisqu'il ne modifie en rien l'écosystème, ni ne menace la pérennité de l'espèce.



ON DONNE LA PÊCHE

Peu calorique, le bar contient d'excellentes protéines, très peu de lipides et très peu de glucides. Il est source de nombreux nutriments nécessaires à notre bonne santé :

- **Vitamine D** : participe à la fixation du calcium sur les os
- **Vitamine B3** : joue un rôle dans la production d'énergie
- **Vitamine B6** : indispensable pour le métabolisme des acides aminés
- **Vitamine B12** : participe à la synthèse des globules rouges et des protéines
- **Acide Gras Oméga 3** : contribue à la prévention des maladies cardiovasculaires
- **Iode** : participe à la synthèse des hormones thyroïdiennes