



# Maquereau DE TROUVILLE

30 CM DE FRAICHEUR !

## PRÉSENTATION

Les maquereaux semblent tout autant apprécier Trouville-sur-Mer que les touristes, car c'est aussi l'été qu'ils viennent séjourner aux abords de ses plages.

C'est ainsi que les pêcheurs se sont organisés pour capturer ce poisson si populaire et le partager avec le plus grand nombre.

S'agissant d'un poisson vif, ferme, mais fragile, la pêche s'y est développée autour de pratiques vertueuses permettant notamment de préserver sa qualité, aujourd'hui reconnue sous la dénomination : **Maquereau de Trouville !**

## QUALITÉ

Les Maquereaux de Trouville respectent les caractéristiques de la Charte Qualité élaborée par NFM.

### CHARTER QUALITE MAQUEREAU DE TROUVILLE

- Maquereau de pêche côtière au chalut pélagique
- Pêche quotidienne et expédition sous moins de 24h
- Maquereau de 200g et plus de qualité Extra : bien rigide, ferme, couleurs irisées et ventre blanc
- Origine, qualité et traçabilité contrôlés



## LIEUX DE PÊCHE

Les Maquereaux de Trouville sont pêchés en face des côtes du Calvados, depuis les ports de Trouville et Honfleur, jusqu'à la pointe Est du Cotentin.



## POUR UNE PÊCHE RESPONSABLE

La pêche du maquereau fait l'objet d'une réglementation spécifique, de façon à en préserver la ressource.

Poisson migrateur par excellence, cette réglementation est définie à l'échelle européenne, pour l'ensemble de la Manche et de la Mer du Nord.

Cette réglementation porte sur :

- l'encadrement de l'engin de pêche (chalut pélagique ou 4 panneaux) : caractéristiques techniques et maillage
- une taille minimale de capture de 20cm
- des quotas de pêche définis annuellement après recours à un avis scientifique



## ON DONNE LA PÊCHE

Le Maquereau de Trouville contient d'excellentes protéines et très peu de glucides. Il fait partie des poissons dits "gras", intéressants pour leur apport en acides gras essentiels : EPA et DHA.

Il est source de nombreux nutriments nécessaires à notre bonne santé :

- **Vitamine D** : participe à la fixation du calcium sur les os
- **Vitamine B6** : participe au fonctionnement du système nerveux et le métabolisme des acides aminés
- **Vitamine B3 ou PP** : participe à la production d'énergie, au fonctionnement du système nerveux et l'entretien de la peau
- **Vitamine B12** : participe à la synthèse des globules rouges et des protéines
- **Acide Gras Oméga 3** : contribue à la prévention des maladies cardiovasculaires et du cancer
- **Iode** : participe à la synthèse des hormones thyroïdiennes
- **Phosphore** : participe au fonctionnement des membranes cellulaires, du métabolisme énergétique et à l'entretien des os et des dents
- **Potassium** : participe au fonctionnement des muscles, des neurones et de la pression artérielle
- **Sélénium** : joue un rôle antioxydant