

Notre classement des meilleures sardines à l'huile

Retrouvez notre classement des meilleures sardines à l'huile d'olive en conserve, sélectionnées par un jury d'experts et de lecteurs du magazine *Zeste*.

Quel spécimen se cache vraiment dans ces petites boîtes en fer blanc stockées dans nos placards ? **Sardines** dites à l'ancienne ou millésimées, bretonnes, vendéennes ou portugaises... Un point s'impose ! La *Sardina pilchardus*, seule espèce qui ait su trouver sa place dans les **conserves**, doit être pêchée entre le début du mois de mai et la fin du mois d'octobre. Avant et après ces dates, les poissons ne sont pas assez gras.

Si la saisonnalité est limpide, il en est tout autrement de la traçabilité. Car rien ne garantit une pêche exclusive sur le littoral breton, vendéen ou méditerranéen. Les conserveries cherchent à se fournir en poissons pêchés dans les eaux françaises, mais elles doivent parfois étendre leur zone de pêche jusqu'aux eaux espagnoles voire marocaines.

La production à l'huile d'olive domine

L'appellation "à l'ancienne" correspond à la préparation ancestrale : les poissons sont plongés dans un bain d'huile, puis égouttés, pour une chair ferme à la saveur toastée, à l'inverse des sardines cuites aujourd'hui à la vapeur.

En 1820, lorsque Joseph Colin ouvre la première conserverie à Nantes, les petits poissons, après avoir été étêtés, éviscérés et parés à la main, puis frits, sont conservés dans de l'huile d'arachide ou de tournesol. Mais aujourd'hui, c'est la production à l'huile d'olive au goût plus prononcé et fruité qui représente 80% du marché. Seuls quelques irréductibles consommateurs bretons demeurent attachés aux sardines à l'huile d'arachide.

La sardine se bonifie avec le temps

La star des sardines qui, depuis quelques années, affole tous les collectionneurs c'est la millésimée. La date indiquée sur l'emballage correspond à la mise en boîte. Contrairement aux sardines "à l'ancienne", dont la production est réglementée par un cahier des charges, elle ne fait l'objet d'aucune législation. Simple opération marketing ? Pas forcément, car comme les grands vins, la sardine se bonifie vraiment avec le temps. L'huile contenue dans les conserves entame un processus de maturation, au cours duquel l'arête centrale tend même à disparaître. Si vous vous lancez dans une collection, pensez à retourner vos boîtes plusieurs fois par an afin que la sardine puisse confire harmonieusement.

NOTRE DÉMARCHE. Nous avons humé et dégusté près de 20 références de sardines, toutes conservées dans de l'huile d'olive, réparties en 3 catégories : les sardines bon marché disponibles dans les grandes et moyennes surfaces, les marques d'épicerie fine, ainsi que les références dites millésimées.

Les sardines de la grande distribution

Premières ex-aequo:

La référence **Monoprix** se distingue visuellement par son huile généreuse d'un jaune soutenu. Mais les sardines sont assez pâles et offrent un goût plutôt timoré. Si les **Connétable** arborent une bien belle tenue, elles ont été jugées trop grasses en présentant pourtant peu d'huile dans la boîte. Mais, ces ordinaires sauront vous satisfaire en toutes circonstances. Leur chair fondante s'émiette aisément. Parfaites pour des rillettes !

Deuxièmes : De bel aspect et de petit gabarit, les sardines **Nos Régions ont du talent** sont plutôt sèches à la dégustation, même si elles sont bien assaisonnées. L'emballage indique la date de pêche, ainsi que le nom du bateau (Galerien, en l'occurrence!). Elles ont été mises en conserve à Saint-Gilles-Croix-De-Vie, lieu fameux où toute sardine rêve de finir en boîte. Une référence basique qui ne demande qu'à être rehaussée d'un trait de balsamique, d'un jus de citron ou de citron confit...

La suite du classement: Les Dieux, Sardines à l'huile d'olive vierge extra, Label Rouge, 2,28 euros la boîte de 115g; Bonneterre, Sardines à l'huile d'olive, 3,45 euros la boîte de 115g; Parmentier, Sardines à l'huile d'olive, 1,64 euros la boîte de 135g; Marque Repère, Sardines à l'huile d'olive vierge extra, 3,26 euros les trois boîtes de 135g.

Les sardines d'épicerie fine

Premières:

La référence qui a fait le succès de la conserverie **La Belle-Iloisietient** toutes ses promesses: les sardines sont fondantes et offrent une belle longueur en bouche. Si l'huile d'olive, très parfumée et à la couleur soutenue, est bien présente, elle sait être délicate aux côtés du poisson pour lui laisser exprimer toute sa force.

Deuxièmes ex aequo:

La conserverie **Jean de Luz** est le grand outsider de ce banc d'essai. La sardine basque n'est pas frite, mais simplement salée puis séchée avant d'être mise en verrine. D'où cette chair très sombre, comparable à celle de la viande des grisons. Un goût authentique, inédit et bien présent pour le petit poisson. En ex-aequo, la sardine fraîchement débarquée de **la pointe de Penmarc'h**, dans le Finistère, a su séduire le jury par son équilibre subtil. Sa chair confite dans l'huile, fond littéralement en bouche.

La suite du classement: Albert Ménès, Sardines sans peau, 5,30 euros la boîte de 69g; José Gourmet, Sardines à l'huile d'olive vierge extra, 3,20 euros la boîte de 125g; La Perle des Dieux, Sardines à l'huile d'olive, 3 euros la boîte de 115g; La Compagnie bretonne du poisson, Sardines à l'huile d'olive, 3,60 euros la boîte de 115g; Capitaine Nat', Sardines à l'huile d'olive BIO, 3,93 euros la boîte de 115g.

Les sardines millésimées

Premières:

Une odeur fabuleuse se dégage de cette boîte **Albert Ménès** qui a remporté une quasi-unanimité. Les sardines, au calibre généreux, se démarquent par leur goût délicat et leur jolie peau dorée. Si vous avez pu déguster ce millésime, bravo, c'est que vous avez eu la patience d'attendre jusque là! Comme le vin, les sardines se bonifient avec le temps, alors, plus vous attendrez, meilleures elles seront!

Deuxièmes:

Sardines fraîches à l'ancienne à l'huile d'olive vierge extra, millésimées année 2010, La Perle des Dieux, 3,95 euros la boîte de 115g (soit 34,30 euros le kilo).

La Perle des Dieux

Avec leur caractère bien trempé, c'est un succès pour ces sardines de Saint-Gilles-Croix-de-Vie de **La Perle des Dieux**. Les jurés ont apprécié leur fraîcheur iodée, proche de celle d'un poisson tout juste pêché. Ajoutez à cela l'agréable saveur confite qui ne trompe pas. Elles ont vieilli et même plutôt bien! D'ailleurs, l'arête centrale a presque disparu...

La suite du classement: La Quiberonnaise, Sardines millésimées 2014, 4 euros la boîte de 115g; La pointe de Penmar'ch, les Bigoudènes, Sardines millésimées 2009, 4,20 euros la boîte de 115g; La Compagnie bretonne du poisson, Sardines millésimées 2013, 4,50 euros la boîte de 115g.

LES MEMBRES DU JURY. Les éminents experts: Garlone Bardel (auteure de *Sardine en boîte, les 30 recettes culte*, éd. Marabout, www.garlonebardel.com); Sabine Bucquet-Grenet (fondatrice des éditions de l'Épure et collectionneuse chevronnée de boîte de sardines ou clupéidophile!); Patrick Cadour (auteur du génial blog Cuisinedelamer.com); Kaling Chan (auteure du savoureux blog Larapporteuse.fr). Nos vaillants lecteurs: Fabrice Bouchacourt, Madeleine Hadrich, Frediane Mercade, Magda Myrtezai, Fleur Touchard.

Source : [http://www.l'express.fr/styles/saveurs/notre-classement-des-sardines-a-l-huile-d-olive-monoprix-belle-iloise-albert-menes_1654871.html\(26/02/2015\)](http://www.l'express.fr/styles/saveurs/notre-classement-des-sardines-a-l-huile-d-olive-monoprix-belle-iloise-albert-menes_1654871.html(26/02/2015))