



Dans nos recettes d'été, le THON se taille la part du lion !

C'est un fait avéré, le thon est une vraie vedette dans nos salades composées et autres verrines légères... de même que dans nos sandwiches sur le pouce, nos canapés apéros, etc.

Dans le présent dossier, *le ton est donné* : transformons-nous donc en petits reporters et partons à la découverte du thon en abordant, pour commencer, la question de sa consommation dans les familles françaises, à domicile et hors foyer :

Les tendances actuelles de consommation du thon

Plus de 9 ménages français sur 10 achètent des conserves de poissons : en tête le thon avec 71 435 tonnes.

La palette de l'offre des professionnels est large : du thon au naturel aux préparations simples ou sophistiquées, les fabricants de conserves de poissons proposent, en effet, un grand nombre de présentations aux consommateurs afin de répondre à leurs différentes attentes, goûts et situations diverses de consommation.

Une variété qui séduit les Français : 87% des ménages achètent des conserves de thon. La restauration hors domicile donne aussi priorité au thon avec 8 500 tonnes achetées par les restaurateurs soit 74% des achats de conserves de poissons.



Photo : FIAC / ADOCOM-RP / Ph. Asset

A découvrir dans le présent dossier :

- Ce qu'il faut savoir sur la pêche au thon – la Charte, les 14 Conserveries françaises engagées
- Le thon en conserve : tradition et modernité
- Le thon n°1 de la mise en boîte
- Les aspects nutritionnels du thon
- Une suggestion de préparation : "La verrine fraîcheur au thon"

Ce qu'il faut savoir sur la pêche au thon

Les fabricants de conserves sont signataires de la charte d'engagement des Conserveries Françaises de Poissons. Ils s'engagent à s'informer de l'état des stocks de thons dans le cadre du suivi des ressources maritimes, réalisé par la CITPPM (Confédération des Industriels de Traitement des Produits de la Pêche Maritime). Ils ne mettent ainsi en œuvre que des espèces de thon dont les ressources conviennent à la préparation des conserves.

Pour s'informer de l'état des stocks des thons de haute mer, les conserveurs français utilisent des sources d'informations comme les travaux, rapports et évaluations des ORGP (Organisations régionales de gestion des pêches) ou de l'ISSF (International Seafood Sustainability Foundation).

Les fabricants de conserves français s'engagent à assurer une traçabilité rigoureuse et sont, par ailleurs, soumis à des réglementations strictes qui définissent précisément les espèces de thon utilisées, les types de présentations du thon (entier, morceaux, miettes...), ou encore les recettes (au naturel, à l'huile, ...).

Les espèces de thon utilisées pour la fabrication des conserves sont principalement les thons tropicaux : **thon albacore** (ou thon à nageoires jaunes), **thon listao**, et **thon patudo** (ou thon obèse).

Le **thon blanc** (ou thon germon) est pêché en zone tempérée et au large des côtes de la France et de l'Irlande : il reste « le thon traditionnel » apprécié des connaisseurs.

- Quelles sont les différentes méthodes de pêches au thon ?

Il en existe plusieurs :

- La pêche à la senne
- La pêche à la canne
- La pêche à la palangre

Pour les deux premières, la pêche peut être effectuée sur banc libre, ou sous objet flottant (dit DCP).

- En quoi consiste la pêche à la senne ?

Cette technique consiste à entourer le banc de thon avec un grand filet, que l'on referme ensuite à la base, avant de remonter les poissons sur le pont.

- En quoi consiste la pêche à la canne ?

Cette technique consiste à appâter les thons avec des petits poissons, et à les remonter à bord au coup par coup à l'aide d'une canne.

- En quoi consiste la pêche en banc libre ?

Cette technique consiste à suivre les déplacements des bancs de poissons : la senne est couramment utilisée pour pêcher sur banc libre.

- **En quoi consiste la pêche sous DCP ?**

Cette technique consiste à utiliser la tendance qu'ont les thons à se regrouper sous des objets flottants (radeaux, troncs, ...) : la canne ou la senne sont utilisées pour pêcher sous DCP.

- **En quoi consiste la pêche à la palangre ?**

Il s'agit de déployer dans l'eau, de longues lignes munies de multiples hameçons, et à ramener les thons à bord à l'aide de ces lignes. Cette technique est très peu employée pour pêcher les thons destinés à la conserve.

Bon à savoir :

Les conserves de thon sont définies par un règlement communautaire n°1536/92 du Conseil du 9 Juin 1992 qui précise les espèces autorisées, les présentations et les milieux de couverture (entier, morceaux, filets, miettes, au naturel, à l'huile d'olive, à l'huile végétale), ainsi que les pourcentages minimaux de poisson dans les boîtes à l'ouverture.

Dans nos recettes d'été, le THON
se taille la part du lion !

La charte : les 14 conserveries françaises engagées

CHARTRE D'ENGAGEMENT des Conserveries Françaises de Poissons

Inventée à Nantes il y a plus de 200 ans, la conserve de poisson est une tradition et un savoir-faire bien français. En deux siècles, les conserves de poissons se sont installées dans les habitudes alimentaires et font aujourd'hui partie des produits les plus consommés par les Français (94% des Français achètent des conserves de poissons). Au fil des années et des innovations technologiques et culinaires, la conserve de poisson a su se renouveler pour s'adapter aux attentes essentielles des consommateurs du 21^e siècle.

Fortement engagés pour le maintien d'une haute qualité de leurs produits et mobilisés pour la préservation des ressources marines durables, les fabricants français de conserves de poissons ont décidé de s'engager concrètement auprès des consommateurs dans le cadre de la « Charte d'Engagement des Conserveries Françaises de Poissons ».

Quatorze fabricants français de conserves de poissons et leurs établissements à l'étranger, signataires de cette Charte, confirment ainsi leur volonté de proposer des conserves de poissons de haute qualité, issues d'un savoir-faire traditionnel afin de mettre à disposition de leurs clients le meilleur de la mer. De la pêche à la conserve, la filière française des conserves de poissons représente plus de 10 000 emplois directs et indirects qui contribuent au développement de l'économie littorale française.

Les conserveries Françaises signataires de la Charte s'engagent, dans le cadre de leur activité, sur 8 points, couvrant la préservation des ressources et de la biodiversité, la sécurité sanitaire, la qualité des produits et leur traçabilité, la préservation des qualités nutritionnelles des poissons et la responsabilité sociétale.

1. La filière a mis en place des établissements de transformation dans les ports de débarquement du poisson, notamment en Afrique, pour bénéficier du plus court trajet possible pour les poissons entre les bateaux et les conserveries.

LES FABRICANTS DE CONSERVES DE POISSONS S'ENGAGENT AINSI À :

ARTICLE I

Préserver les ressources maritimes en :

- ▷ s'assurant que leurs approvisionnements sont issus de pêches légales et enregistrées. Les poissons des bateaux de l'Union européenne sont pêchés sous contrôle selon les règles de l'UE, et les poissons d'origine hors-européenne ne peuvent être achetés que si leurs captures sont dûment certifiées conformément à la réglementation de l'UE;
- ▷ suivant l'état des stocks de sardines, de maquereaux et de thons, dans le cadre du suivi des ressources réalisé par la CITPPM (Confédération des Industries de Traitement des Produits de la Pêche Maritime), avec l'appui de bureaux d'études spécialisés;
- ▷ ne mettant en œuvre dans la préparation des conserves que des espèces de thon dont les ressources conviennent à cette utilisation, en excluant notamment le thon rouge.

ARTICLE II

Promouvoir une pêche durable en :

- ▷ engageant des démarches visant à favoriser une pêche durable et responsable, respectueuse de la biodiversité. Chaque entreprise signataire est engagée dans au moins l'une des démarches suivantes : adhésion à des organismes reconnus comme, par exemple, l'ISSF (International Seafood Sustainability Foundation), engagement avec une pêcherie certifiée par un organisme qualifié tel que MSC (Marine Stewardship Council), participation au financement de l'initiative des « observateurs embarqués » notamment l'initiative « OCUF » lancée par l'organisation de producteurs ORTHONGEL qui vise un taux de 100% d'observateurs embarqués sur les thoniers senners français évoluant dans les océans indien et atlantique, exigences spécifiques dans les Cahiers des Charges fournisseurs...
- ▷ demandant que les fournisseurs respectent les règles des ORGP (Organisations Régionales de Gestion de la Pêche) ou participent à des processus régionaux de régulation des pêches;
- ▷ soutenant collectivement auprès de l'Union Européenne, le renforcement des ORGP dans leur capacité scientifique et technique pour l'évaluation de la ressource, ainsi que leur capacité à faire respecter les règles communes de pêche.

ARTICLE III

Respecter l'environnement en :

- ▷ lançant un programme expérimental collectif de diagnostic développement durable inspiré de la norme ISO 26000 (Responsabilité Sociétale des Entreprises RSE), visant à évaluer et à réduire les impacts des activités de la filière sur l'environnement et la société;
- ▷ pratiquant une gestion responsable de l'énergie et de l'eau, avec un objectif de réduction des consommations par unité produite, par la mise en place de démarches volontaires d'économie d'eau, de certificats éco-énergie, l'utilisation de sources de production d'énergie renouvelables, l'amélioration des processus afin d'optimiser le rendement matières...
- ▷ favorisant le tri, le recyclage et la valorisation des emballages en acier et en aluminium en collaborant, en particulier, avec Eco-Emballage et en s'appuyant sur les travaux collectifs menés dans le cadre de l'UPPIA (Union Pour la Promotion des Industries de l'Appertisé).

Les conserves de poissons, fabriquées en acier ou en aluminium, sont 100% recyclables à l'infini. Cette particularité permet aux conserveries d'utiliser un minimum de matière première pour les emballages et d'éviter le gaspillage. D'autre part, le poids du métal des boîtes de conserves a été allégé en moyenne de 20% à 30% depuis deux décennies.

ARTICLE IV

Contrôler étroitement la qualité des produits en :

- ▷ sélectionnant les fournisseurs de matières premières présentant les meilleures garanties en termes de qualité et de respect des exigences réglementaires et strictement évalués dans le cadre des systèmes de management de la qualité (démarche HACCP notamment) mis en place par les entreprises;
- ▷ appliquant un « double contrôle » aux produits finis importés : un contrôle dans les sites de fabrication et un contrôle à réception quand les produits sont importés sur le territoire communautaire;
- ▷ respectant rigoureusement les réglementations européennes en vigueur pour les conserves de thon et de sardine qui définissent, en particulier, les types de présentation (entier, morceaux, miettes, au naturel, à l'huile) et les taux de remplissage des conserves;
- ▷ en menant individuellement des démarches volontaires d'application de normes qualitatives, tels que Label Rouge, « sardine à l'ancienne », norme française AFNOR pour le maquereau...

ARTICLE V

Assurer une sécurité sanitaire optimale en :

- ▷ appliquant rigoureusement le guide de bonnes pratiques d'hygiène et d'application des principes HACCP créé par la Profession en 2008 et validé par l'ANSES (Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail) et les administrations, permettant d'atteindre des objectifs élevés en termes de sécurité sanitaire et de respect de la chaîne du froid;
- ▷ participant volontairement à la mise en place d'une base de données collective sur la qualité sanitaire des produits, en particulier, grâce au travail initié avec la Confédération des Industries de Traitement des Produits de la Pêche Maritime (CITPPM) pour une collecte annuelle des résultats d'autocontrôle des entreprises adhérentes;
- ▷ certifiant ou s'engageant à faire certifier via un organisme tiers indépendant, leurs sites de production, conformément à un référentiel de Sécurité sanitaire des aliments du type ISO 22000, ou tout référentiel d'ordre privé (IFS, BRC, référentiel spécifique à un client, référentiel interne indépendant, etc.);
- ▷ respectant les évolutions réglementaires et en connaissant les risques émergents, pour les prendre en considération dans leurs démarches HACCP. Les sites appliquent les éléments collectifs fournis par la Confédération des Industries de Traitement des Produits de la Pêche Maritime (CITPPM) et l'Association des Entreprises de Produits Alimentaires Elaborés (ADEPALE).

ARTICLE VI

Assurer une traçabilité rigoureuse en :

- ▷ interdisant le transbordement en mer, c'est-à-dire le passage du poisson d'un bateau à un autre, qui est proscrit dans le cadre des flottilles sous réglementation communautaire et des principales Organisations Régionales de Gestion de la Pêche (ORGP), hors contrôle spécifique par un observateur indépendant;
- ▷ utilisant l'ensemble des systèmes de suivi à disposition pour garantir une traçabilité précise durant toutes les étapes de préparation des conserves de poisson depuis le bateau;
- ▷ respectant rigoureusement les réglementations en vigueur qui définissent précisément les espèces de thon, de sardine ou de maquereau utilisées et interdisent leur mélange dans une même boîte.

ARTICLE VII

Conserver les qualités nutritionnelles des poissons en :

- ▷ mettant en œuvre des techniques de préparation des poissons qui permettent de préserver les qualités nutritionnelles du poisson sauvage. Les poissons en conserves sont notamment sources d'oméga 3, de vitamines, de calcium, de nutriments et, bien sûr, de protéines;
- ▷ fournissant un étiquetage nutritionnel et des allégations nutritionnelles basées sur des données fiables, pour garantir une information loyale du consommateur;
- ▷ proposant des recettes simples ou élaborées, de grande qualité gustative et respectant toujours la nature de la matière noble qu'est le poisson, qu'il soit travaillé entier, en filets, en morceaux, émietté, en salade, nature, à l'huile d'olive, de soja, de tournesol, de colza, en sauces, etc.
- ▷ mettant à disposition des consommateurs, des produits pratiques et au goût du jour, afin d'encourager et de faciliter la consommation de poissons.

ARTICLE VIII

Remplir un rôle citoyen en :

- ▷ défendant, perpétuant et assurant la promotion du savoir-faire traditionnel des conserveries françaises, en innovant dans le respect de la tradition afin de proposer aux consommateurs des conserves de poissons de haute qualité;
- ▷ respectant sur l'ensemble de leurs sites de production, les principes et droits fondamentaux au travail de l'OIT - Organisation Internationale du Travail - (liberté syndicale et négociations collectives, élimination du travail des enfants, sécurité et santé au travail...) et s'engageant à être régulièrement audités par des organismes indépendants hors Union Européenne;
- ▷ assurant la compétitivité de leurs entreprises qui contribuent au développement de l'économie littorale française à travers 10 000 emplois directs et indirects.



La FIAC portera devant la juridiction ou l'instance appropriée tout cas de non-respect de la réglementation et/ou de cette charte par l'un de ses signataires.



14 conserveries françaises engagées

La Charte d'Engagement des Conserveries Françaises de Poissons est signée par 14 fabricants français et leurs 17 marques phares (*en gras ci-dessous*) :

- **CAPITAINE COOK**
- Compagnie **SAUPIQUET**
- Conserveries des Cinq Océans : **POMPON ROUGE**
- **DELPIERRE MER et TRADITION**
- Les Fils de Dominique **FERRIGNO**
- Gendreau S.A : **LES DIEUX**
- GONIDEC (CONSERVERIE) : **MOUETTES D'ARVOR**
- Jean-François Furic SAS : **JFF, COMPAGNIE BRETONNE DU POISSON, KERITI**
- **LA BELLE ILOISE**
- **LA QUIBERONNAISE**
- Paul Paulet : **PETIT NAVIRE**
- P.S.M.A La Sablaise : **LA SABLAISE**
- VIF ARGENT : **VIF**
- WENCESLAS CHANCERELLE : **CONNÉTABLE, PHARE d'ECKMÜHL**



Le thon en conserve : tradition et modernité

Comme précisé plus haut, le thon germon ou thon blanc est traditionnellement pêché en Atlantique pendant la saison estivale (juillet à octobre) entre les Açores et l'Irlande. Il appartient à l'espèce *Thunnus alalunga*. Cette pêche garde encore aujourd'hui un caractère artisanal.

Le thon germon est encore le plus souvent débarqué frais et acheminé directement vers les conserveries où il est préparé sans délai.

Il existe des labels rouges pour les conserves de thon blanc.

Pour la pêche au thon tropical, la flottille française a, quant à elle, développé ses activités en Atlantique, dans les eaux du Golfe de Guinée, et dans l'Océan Indien. Sitôt pêché, le thon tropical est immédiatement congelé à bord des navires. Il est ensuite acheminé vers les conserveries en France par cargo frigorifique, ou, plus fréquemment, débarqué directement dans un des ports thoniers se trouvant à proximité de la région de pêche, où des conserveries modernes et performantes se sont spécialisées dans la mise en conserve du thon.

Ce sont alors les boîtes prêtes à l'emploi qui sont acheminées par porte-conteneurs pour être commercialisées sur le marché européen.

Les deux principales espèces de thon tropical sont :

- le thon albacore (*Thunnus albacares*), de grande taille (en général > 10kg)
- le thon listao (*Katsuwonus pelamis*), plus petit (à partir de 1,8 kg)

Le thon n°1 de la mise en boîte

En France, les fabrications de conserves de poissons s'élèvent à plus de 300 millions de boîtes et 50 000 tonnes net. Il s'agit en majorité de conserves de thon pour plus de 100 millions de boîtes (soit 18 000 tonnes, dont 6 700 tonnes de salades au thon).

Les autres fabrications portent sur les produits suivants :

- maquereaux : 90 millions de boîtes (16 000 tonnes)
- sardines : 70 millions de boîtes (8 600 tonnes)
- autres produits de la mer : près de 50 millions de boîtes (hareng, coquillages, tartinables, soupes etc.), et 8 000 tonnes.

Les aspects nutritionnels du thon

Les conserves de thon contiennent certains minéraux tels que le phosphore, le calcium, le sélénium, le magnésium, le fer, le zinc et l'iode. Le thon au naturel ne contient pas de sucre ; il est riche en protéines ainsi qu'en acides gras oméga 3, et faible en matières grasses et acides gras saturés.

D'après la table de composition Ciqual 2013 les conserves de thon sont riches en vitamines D qui aident à l'absorption et à l'utilisation normale du calcium et du phosphore. Elles sont riches également en vitamines B6, B3 et B12 qui contribuent au maintien d'un métabolisme énergétique normal ainsi qu'au bon fonctionnement du système nerveux et du système immunitaire. Pour sa part la vitamine B3 participe également à réduire la fatigue.

Bon à savoir :

Le Programme National Nutrition Santé (PNNS) recommande de consommer du poisson au moins deux fois par semaine. Selon cette source, il est précisé que les poissons **« nous apportent des protéines d'excellente qualité »**.

Toujours d'après le PNNS, les conserves sont un bon moyen de cuisiner à moindre coût : **« Les conserves sont généralement moins chères que le même produit à l'état frais lorsque ce n'est pas la saison, et représentent ainsi une bonne solution de substitution aux produits frais quand le réfrigérateur est vide ou lorsque ce n'est pas la saison »**.

Notamment, sur le site internet du PNNS, « mangerbouger.fr », les conserves de poissons sont mentionnées dans la rubrique « Cuisiner moins cher » : **« Pensez aux poissons en conserve comme le thon, les sardines et les maquereaux qui s'accommodent très bien en salades »**.

Elles sont également mentionnées dans la rubrique « Manger mieux au quotidien » qui précise : **« les conserves sont également un bon moyen de stocker des produits alimentaires pendant un temps assez long. Petit plus : elles contiennent des ingrédients déjà cuits, ce qui permet de gagner du temps lors de la préparation des repas »**.

Le site du PNNS, « mangerbouger.fr », mentionne également que : **« les conserves de poissons (thon, sardines, saumon) peuvent compléter les gratins, les quiches ou les flans de légumes. Cela (...) permet d'assaisonner les plats et d'éviter que le tout soit trop sec »**.

Une suggestion de préparation : « La Verrine Fraîcheur au Thon »

La verrine est à la mode... Afin de mieux faire ressortir la création, il est préférable de choisir un récipient de verre incolore et translucide.

Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 boîte de thon
- 2 petits avocats
- 2 tomates moyennes
- Huile, vinaigre, sel, poivre

Progression :

Avec la mousse d'avocat (ou des avocats découpés en petits morceaux légèrement citronnés), construire le fond de la préparation dans la verrine.

Au dessus, disposer du thon au naturel, coupé ou émietté. En dernière couche rajouter quelques tomates nature coupées en petits morceaux, préparer la vinaigrette et assaisonner de 2 cuillères à soupe environ par verrine.

Terminer la décoration de la verrine avec la sommité d'une branche de basilic.

La vinaigrette peut être remplacée par de la mayonnaise nature.



Photo: FIAC / ADOCOM-RP / Ph. Asset

Bon à savoir :

Les Marques de conserves de poissons, très imaginatives, proposent un grand nombre de produits différents aux consommateurs afin de répondre à leurs différentes attentes et goûts : à l'huile, au naturel, en sauces, mais aussi entier, en morceaux ou en miettes, voire même déjà en salades toutes prêtes pour plus de praticité.

L'Equipe ADOCOM, Service Presse « Conserves de Poissons »

vous remercie de votre attention.

Tél : 01 48 05 19 00 – Courriel : adocom@adocom.fr

ADOCOM[®]RP

AGENCE DOGNIN COMMUNICATION

11 rue du Chemin Vert - 75011 Paris - Tél : 01.48.05.19.00 - Fax : 01.43.55.35.08

e-mail : adocom@adocom.fr - site : www.adocom.fr

Qualification : Agence Certifiée OPQCM