



LE CABILLAUD



Nom commun : Le cabillaud

Nom scientifique : *Gadus morhua*

Nom commercial : Cabillaud (frais ou congelé), Morue (salé)



Saisonnalité :

Avril à décembre



Lieu et mode de vie :

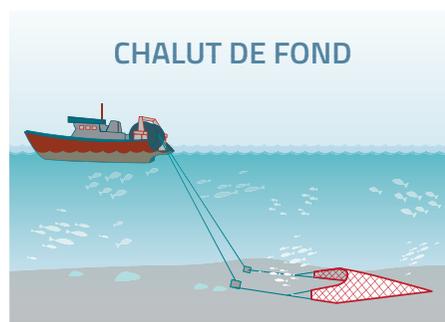
Le cabillaud vit à proximité du fond, de la côte jusqu'à plus de 600 m de profondeur, en mer celtique et en mer du Nord.

C'est un prédateur très actif qui se nourrit de poissons, de crustacés et de mollusques.

La période de reproduction en Mer celtique est en hiver (février mars).



Techniques de pêche :



Les Pêcheurs de Bretagne

En mer Celtique, les efforts de gestion ont porté leurs fruits et le stock de cabillaud est aujourd'hui en excellent état.

Vidéo : échantillonnage du cabillaud



L'acheter, le consommer, le cuisiner

Le cabillaud est également appelé la morue. Il fait partie de ces poissons que l'on qualifie de «maigres».

Difficile d'en être autrement avec un apport calorique de tout juste 70 kcal pour 100 g de chair, et une teneur en lipides d'à peine 1%.

On trouve le cabillaud sous la forme de filet avec la peau, ou de dos ou de darne.

Sa chair blanche est très délicate et suppose une cuisson et des apprêts qui le soient tout autant. A ce titre, ne le faites pas trop cuire, la chair doit être encore nacrée en fin de cuisson.

Le saviez-vous ?

Consommé à l'origine par les Vikings, le cabillaud connut un réel essor à partir du Moyen-Age, où son abondance et sa longue conservation en faisaient un aliment stratégique pour les grands peuples voyageurs. Partis pour 3 mois en mer afin d'aller le pêcher jusqu'au large du Canada, les marins se régalaient de cabillaud frais lors du voyage, et de morue salée sur le chemin du retour.



Recette

Darne de cabillaud à la croûte de chorizo et coco



Découvrez notre recette de chef !
Cuisiner les poissons pêchés par les pêcheurs de Bretagne, c'est s'engager pour la gestion du présent et la préparation du futur.