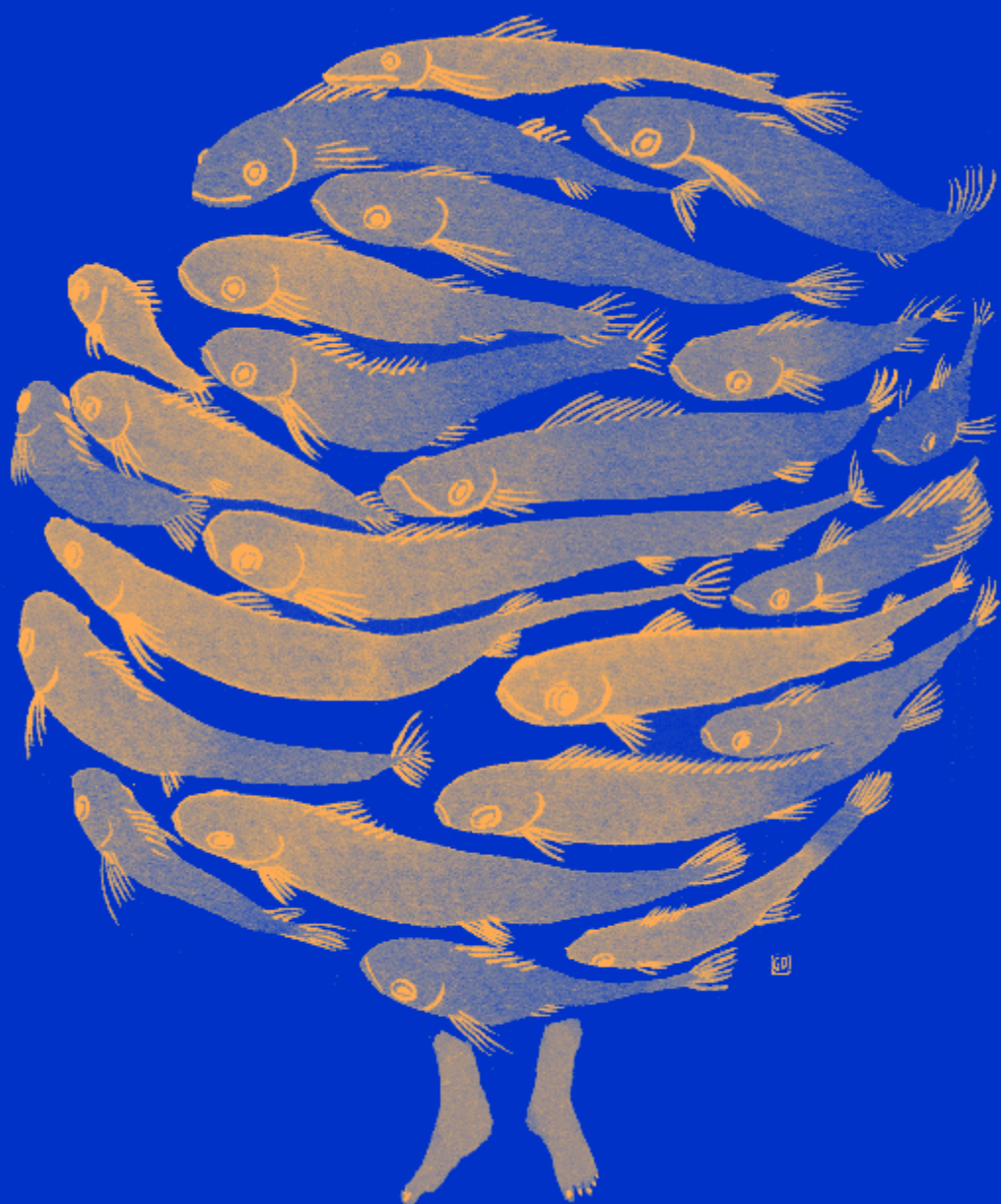




Olivier Roellinger Ethic Ocean Ifremer

**De la science
à l'assiette**
**From science
to platter**

**« Dans l'Océan,
le grouillement
énorme de la vie
gronde comme
une éternité
d'interrogation. »**

Anita Conti



**“In the Ocean,
the vast swarming
of life rumbles
like an eternity
of questions.”**

Anita Conti



L'Ifremer

Des abysses à la surface, de la côte au large, l'Ifremer est le seul institut de recherche français dédié à l'océan.

Héritier de l'histoire pionnière de l'océanographie française, l'Ifremer poursuit depuis 40 ans sa quête de savoir sur l'environnement marin. Seul institut de recherche public français entièrement dédié à l'océan, il explore tous les rivages des sciences marines, des abysses à la surface et de la côte au large, depuis ses 24 implantations ancrées dans le deuxième domaine maritime mondial. Avec sa filiale d'armement Genavir, il opère la Flotte océanographique française et déploie ses 17 navires et ses 6 engins sous-marins au bénéfice de l'ensemble de la communauté scientifique nationale.

Ses 1500 chercheurs, ingénieurs et techniciens mènent des investigations scientifiques, conduisent des expertises et innovent pour protéger et restaurer l'océan, gérer durablement les ressources marines, collecter et partager les données-clés de compréhension de l'écosystème marin.

Partisan d'une science ouverte, l'Ifremer cultive des liens étroits avec la société pour répondre aux grands enjeux collectifs autour du changement climatique, de l'érosion de la biodiversité ou du développement d'une économie bleue pérenne.

Chaque jour, les équipes de l'Ifremer créent la sagesse essentielle pour préserver le système qui rend la vie possible sur Terre – l'Océan – et pour qu'il demeure cet indéfectible allié de notre planète bleue.

From the abysses to the surface, from the coasts to the high seas, Ifremer is the only French research institute dedicated to the ocean.

Continuing the legacy of pioneering French oceanography, Ifremer has been pursuing knowledge about the marine environment for 40 years. As the only French public research institute entirely dedicated to the ocean, it delves into every aspect of marine science, from the abysses to the surface and from the coast to the high seas.

It has 24 outposts scattered around the world's second-largest maritime domain. With its subsidiary Genavir, Ifremer operates the French Oceanographic Fleet and deploys its 17 vessels and 6 vehicles for the benefit of the national scientific community.

Its 1,500 researchers, engineers, and technicians conduct scientific investigations, provide expert opinions and guidance, and innovate to protect and restore the ocean, sustainably manage marine resources, and collect and share key data about the marine ecosystem.

As a promoter of open science, Ifremer cultivates close ties with society at large in order to tackle the major challenges associated with climate change, biodiversity loss, and the development of a sustainable blue economy.

Each day, Ifremer's teams produce the knowledge we need to preserve the system that makes life on Earth possible—that is, the Ocean—and to ensure that it remains an ally of our blue planet.

Les missions halieutiques

Comment vont les poissons, les coquillages & les crustacés ?

Les produits de la mer sont une source de protéines importante dans de nombreux pays : le poisson représente 17% des protéines animales consommées par la population mondiale. Mais les populations de poissons sont surexploitées et perturbées par les changements globaux. Les élevages de poissons et de coquillages ont aussi des répercussions sur l'environnement. Les recherches de l'Ifremer servent à surveiller l'état des populations de poissons et à comprendre comment elles se renouvellent. L'Ifremer étudie aussi comment améliorer les élevages aquacoles pour les rendre plus durables.

Pour connaître les dynamiques des populations de poissons et de macro-invertébrés comme les langoustines ou les coquilles Saint-Jacques, l'Ifremer mène l'enquête aussi bien en mer qu'à terre. L'institut organise chaque année des campagnes scientifiques à bord des navires océanographiques, notamment à bord du *Thalassa*. Ces informations sont complétées par des études très variées, de la génétique des poissons à l'économie de la pêche, ainsi que par le suivi des activités de pêche et des débarquements.

Fournir des avis scientifiques pour la gestion durable des pêches est l'un des objectifs des travaux menés à l'Ifremer. Pour l'atteindre, plusieurs questions sont à résoudre. Comment sont structurées les populations des différentes espèces, quels sont leurs régimes alimentaires, quel est leur nombre d'individus, où sont leurs habitats ou encore, quelles sont leurs routes de migration ? En outre, quelles sont les interactions entre les populations de poissons et de macro-invertébrés, avec les navires ou les flottilles qui les exploitent, quel est l'effet de la gouvernance des pêcheries et du marché ?

Quelles sont les incidences de l'activité de pêche sur l'écosystème au-delà des poissons ? L'océan étant difficile à parcourir et à observer, plusieurs approches sont croisées pour obtenir des informations.

Les campagnes en mer

Les campagnes en mer permettent d'obtenir de nombreuses informations sur les individus, les populations et sur l'écosystème dont les ressources dépendent. En particulier, elles fournissent, en routine, des indices d'abondance et les distributions géographiques des populations. Leur répétition annuelle nous éclaire sur les évolutions. Différentes méthodes sont utilisées, comme des chaluts à panneaux pour les espèces démersales (merlu, baudroies), des chaluts à perche (pour la sole par exemple) et des dragues (pour la coquille Saint-Jacques). Pour les espèces pélagiques, nous avons également recours à des analyses acoustiques. Récemment un drone de surface équipé de sondeurs a par ailleurs été employé. La télémétrie permet de suivre les mouvements des poissons et, pour des habitats où l'eau est claire, la vidéo se révèle efficace.

Les apports récents de la génétique

Certaines méthodes génétiques permettent déjà d'estimer le nombre de poissons d'une manière très différente des campagnes classiques. Pour mener ces investigations, l'échantillon peut provenir d'une campagne en mer ou même d'une criée, l'important étant d'avoir des milliers d'individus, qu'il s'agisse de raies bouclées ou de maigre par exemple.

ADN environnemental

Une autre approche moléculaire consiste à étudier les ADN présents dans l'environnement. Cela permet de savoir

quelles espèces de poissons sont passées dans la zone à proximité du point de prélèvement. Cette méthode donne accès à beaucoup d'espèces simultanément. Par ailleurs, des projets sont lancés pour séquencer le génome de différentes espèces marines. Les séquences sont placées dans des bases des données afin que les scientifiques puissent comparer une séquence génétique trouvée en mer à ce qui est déjà identifié. De plus en plus d'espèces sont ainsi mieux connues. En plus des séquences d'ADN, il faut pouvoir comprendre comment l'ADN dérive dans l'eau et se dégrade pour pouvoir estimer la présence, voire un jour, l'abondance des espèces.

Scénariser les impacts du changement global

Les données acquises sur les poissons (biologie, répartition, ...) et leurs environnements servent à mettre au point des modèles mathématiques représentant l'ensemble de l'écosystème. Ceux-ci ne prennent pas seulement en compte les populations, mais aussi les interactions proie-prédateur entre espèces ou encore avec leurs habitats.

À partir de ces modèles et en intégrant les scénarios du changement climatique et de gestion de pêche, des projections des populations de poissons sont possibles. Ces simulations facilitent l'évaluation et la comparaison des conséquences de différents scénarios d'environnement et de gestion des pêches sur les poissons et les entreprises de pêche. Les décisions de gestion qui peuvent ainsi être étudiées sont, par exemple, la fermeture temporaire d'une zone de pêche ou la modification des caractéristiques des engins de pêche.

La pression de pêche et la biomasse

Le diagnostic effectué par l'Ifremer sur l'état des ressources utilise des modèles de dynamique de populations, basés sur l'évolution des captures et sur les indices d'abondances issus des campagnes scientifiques. Cette approche permet de distinguer plusieurs catégories

de poissons, notamment ceux qui ne sont pas surpêchés et ceux qui sont « en voie de reconstitution », c'est à dire pêchés de manière durable, mais avec une biomasse qui n'est pas encore suffisante. Les autres catégories sont les populations surpêchées, voire dégradées si le niveau de biomasse est très faible, et enfin les populations effondrées, pour lesquelles la biomasse, autrement dit la quantité de poissons, ne permet pas le renouvellement de la population.

Fisheries oceanographic missions

How are fish, shellfish, and crustaceans doing?

Seafood is a major source of protein in many countries; fish accounts for 17% of animal protein consumed around the world. However, fish populations are overexploited and disrupted by climate change. Fish and shellfish farms also have environmental consequences. Ifremer's research includes monitoring the status of fish populations and learning more about how they replenish themselves. Ifremer also studies ways to improve aquaculture to make it more sustainable.

To understand the dynamics of fish and macro-invertebrate populations (like Norway lobsters or great scallops), Ifremer conducts investigations at sea as well as on land. Each year, Ifremer plans scientific cruises on board research vessels like R/V Thalassa. The information gathered is supplemented by diverse studies ranging from fish genetics and the fishing economy to the monitoring of fishing activities and catches.

One of Ifremer's overarching objectives is to provide scientific expertise for the sustainable management of fish populations. There are many questions to answer along the way. How are different species' populations structured? What do they eat? How many individuals are there? Where are their habitats? What are their migration routes? Furthermore, how do fish and macro-invertebrate populations interact with each other and with the vessels or fleets harvesting them? How does the management of fisheries and markets affect these populations? How does fishing affect the rest of the ecosystem, aside from the targeted species? Since the ocean

can be difficult to navigate and observe, several different approaches are used to obtain information.

Research cruises

Research cruises are useful for gathering data on individuals, populations, and the ecosystem that supports these resources. Furthermore, they provide regular updates on population abundance and geographic distribution. The annual repetition of certain cruises reveals changes over time. Different methods are used: otter trawls for bottom-dwelling species (like hake or monkfish), beam trawls (for sole), and dredges (for great scallops). When targeting pelagic species, acoustic analyses may be used. A surface drone kitted out with sounders was recently deployed for this purpose. Telemetry is useful for tracking fish movements, and in habitats with clear water, videos provide further data.

Recent contributions from genetics

Some genetic methods can help estimate the number of fish in a very different way from classic methods. To study fish genetics, samples may be taken during a research cruise or even from a fish market. The important part is collecting thousands of individuals, whether they are thornback rays or croakers (for example).

Environmental DNA: identifying everything in the water

Another molecular approach consists of studying the DNA present in the environment. This reveals which fish species have passed through the area near the sampling location. This method yields access to many species at once. What's more, projects have been launched to sequence the genome of different marine

species. The sequences are added to databases so that scientists can compare a genetic sequence found at sea with those that have already been identified. We are learning more and more about fish species this way. Aside from sequencing DNA, it is also necessary to understand how DNA drifts and degrades in water in order to evaluate the presence (and perhaps, in the future, abundance) of different species.

Modeling potential impacts of climate change

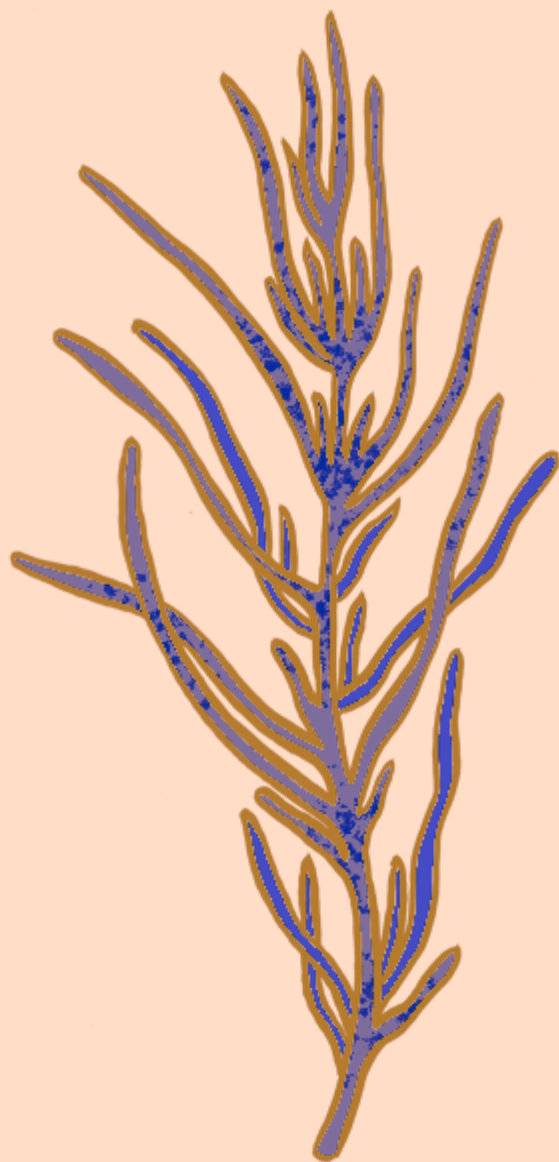
The data acquired on fish (biology, geographic distribution, etc.) and their environments is used to update mathematical models that reproduce the entire ecosystem. These models represent fish populations as well as prey-predator and species-environment interactions.

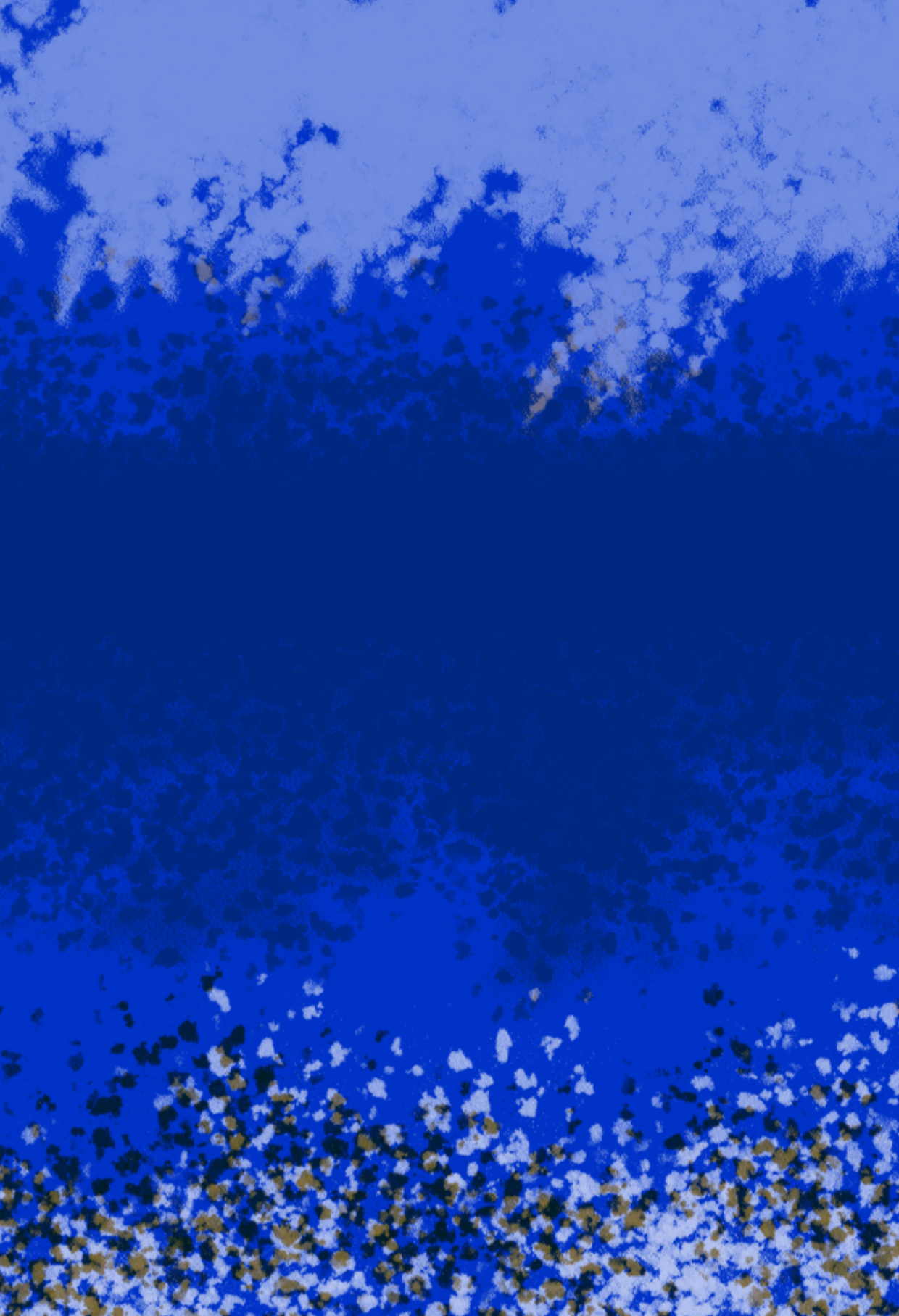
By integrating different climate change scenarios and fisheries management strategies into these models, scientists can make predictions about the future of fish populations. These simulations are useful for evaluating and comparing the impacts of different environmental and fisheries management scenarios on fish populations and fishing-related businesses. Some of the management strategies that can be studied this way include the temporary closure of a fishing area and the modification of fishing gear.

Fishing pressure and biomass

Our diagnoses of resource status use population dynamics models based on fishing catch changes over time and abundance data from research cruises. This approach can distinguish several categories of fish, such as those that are not overfished and those that are “in the process of replenishment,” which means that they are being fished sustainably, but their biomass is not yet high enough. Other categories include overfished populations, which may also be “degraded” if the biomass level is very low, and “collapsed” populations for which the biomass, or the quantity of fish, is insufficient to replenish the population.







Notre océan renferme une biodiversité extraordinaire et sa grande fragilité n'est plus à démontrer. Face à une demande croissante en produits de la mer et en protéines aquatiques, il y a urgence à modifier notre consommation.

Nous ne pouvons plus continuer à consommer des espèces qui sont surexploitées, ou qui sont capturées avec des techniques impactant fortement les écosystèmes. Les cuisiniers ont un rôle clé à jouer. Ce sont les prescripteurs du bien manger et des bonnes pratiques.

Ils ont une responsabilité : celle de montrer l'exemple, d'éduquer, de transmettre.

La cuisine est le reflet de chaque époque et raconte les évolutions sociales, économiques, environnementales et culturelles.

Notre période est charnière, la nature est pillée et empoisonnée, l'alimentation mondiale est bouleversée. Les prises de conscience et les nouvelles aspirations entraînent les cuisiniers du monde entier vers de nouveaux horizons chargés d'inspirations afin de mieux prendre soin de l'Océan, de la Terre et de la santé de chacun.

Dans cette transition, il est essentiel de s'appuyer sur les connaissances scientifiques. Elles nous permettent de comprendre l'état réel des ressources marines, d'évaluer l'impact des pratiques de pêche ou d'aquaculture, et de guider nos choix vers des alternatives réellement durables. C'est en conjuguant tradition culinaire, engagement éthique et rigueur scientifique que nous pourrons préserver la mer pour les générations futures.

Olivier Roellinger

*Cuisinier des Maisons de Bricourt
Parrain d'Ethic Ocean*

Les recettes qui vous sont proposées ce soir ont été réalisées par des jeunes chefs qui ont participé au concours Olivier Roellinger, *pour la préservation des ressources de la mer*.

Le concours Olivier Roellinger a pour vocation d'informer et de sensibiliser les jeunes chefs aux enjeux de la raréfaction des ressources de la mer et de les mobiliser quant à leur rôle de prescripteur, dans le choix des espèces qu'ils achètent pour les proposer à leurs convives.

Créé en 2011 en France par Ethic Ocean, FERRANDI Paris, le lycée hôtelier Yvon Bourges de Dinard et Relais & Châteaux, ce concours est devenu européen en 2016 et international en 2018.



Ethic Ocean est une organisation environnementale qui œuvre pour la préservation de l'Océan et de ses ressources. Elle travaille avec l'ensemble des acteurs de la filière pêche et aquaculture (pêcheurs, aquaculteurs, mareyeurs, fournisseurs, enseignes de la grande distribution, poissonniers, chefs cuisiniers et restaurateurs) pour initier et accompagner la mise en oeuvre de pratiques durables.

APÉRITIF

Kombucha

Queue de thon rouge, séchée et maturée

BOUCHÉES

Blinis iodés

Terrine d'églefin

Dadinhos de petite roussette fumée

Mini-cake au crabe bleu

PLATS

Sashimi de bonite à dos rayé

La vraie bouillabaisse

Ormeau floral

Silure à la niçoise

Inspiration Costa Rica

DESSERT

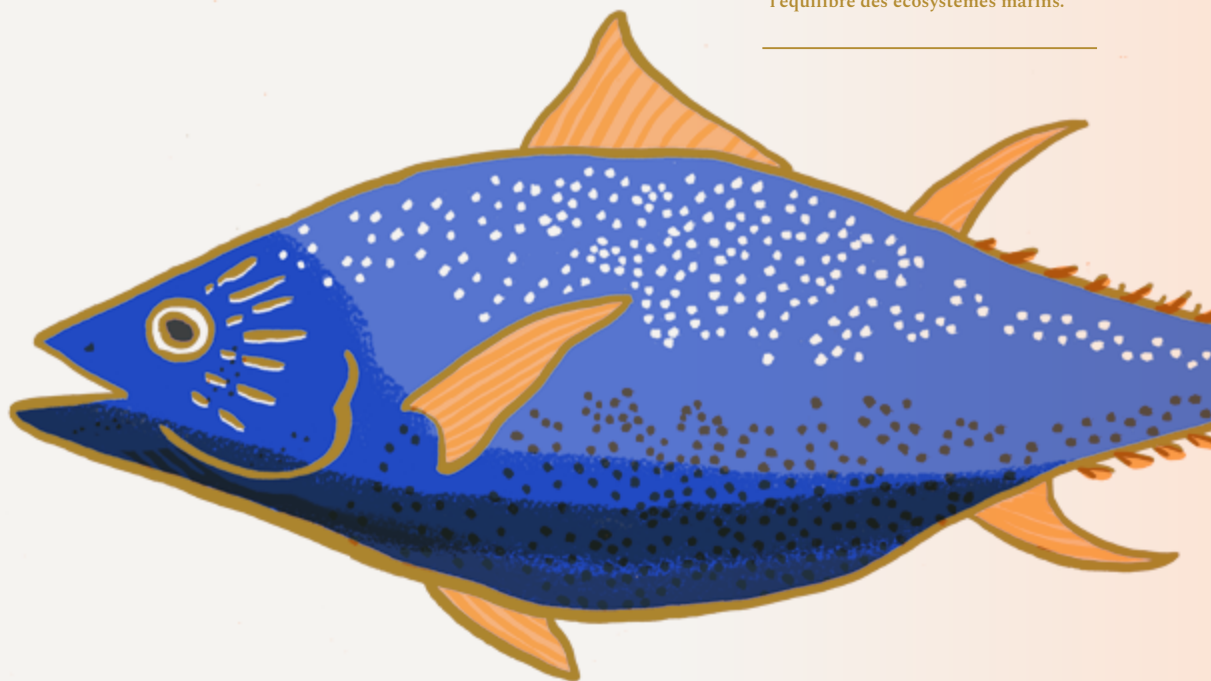
Chocolat, algues et sarrasin

QUEUE DE *Thon Rouge* SÉCHÉE ET MATURÉE

Léa COMBELONGE

Thunnus thynnus

Il est l'un des plus grands et puissants poissons migrateurs du monde. Le thon rouge peut mesurer plus de 2 mètres et peser jusqu'à 300 kg. Très apprécié pour sa chair, notamment dans la cuisine japonaise, il est l'objet d'une pêche intensive depuis des décennies. Cette surexploitation a conduit à une forte baisse de ses populations, plaçant l'espèce en danger. Grâce à des mesures strictes de gestion et de quotas, sa population d'Atlantique Est et Méditerranée s'est reconstituée. Le thon rouge joue un rôle clé dans l'équilibre des écosystèmes marins.



Queue de thon rouge et sel*

Retirer la peau de la queue de thon rouge. Recouvrir entièrement la queue de gros sel pendant 8 à 10 jours selon la taille. Rincer et essuyer. Placer en chambre de maturation (conditions strictes de température et d'humidité) pendant 2 mois.

*Servir en fines tranches,
comme un jambon cru !*

Attention : le travail du poisson cru présente des contraintes sanitaires strictes. Cette recette doit être pratiquée par des professionnels (phase de maturation contrôlée).

* Partie sur laquelle il reste de la chair qui est peu valorisée et souvent jetée après découpe des longes.

Callinectes sapidus

Originaire de la côte Est des États-Unis, le crabe bleu est une espèce invasive désormais présente en Méditerranée.

Ce crustacé peut atteindre 20 cm de largeur. Il est très agressif et omnivore, ce qui le rend redoutable pour les écosystèmes locaux.

Il menace les espèces indigènes en compétition pour la nourriture et l'espace. Sa présence impacte aussi les activités de pêche, car il endommage les filets et dévore les captures. Le crabe bleu illustre les enjeux complexes liés aux espèces invasives. Il est apprécié pour sa chair et commence à être valorisé en cuisine.



MINICAKE AU *Crabe Bleu*

Nicolas CHERONNET

200 g de pommes de terre à chair farineuse

200 g de chair de crabe bleu • 1 œuf • 1 sachet de chapelure

½ piment rouge doux • 1 oignon nouveau

¼ de botte de coriandre • 2 litres d'huile de friture

Piment d'Espelette • Sel

♦ CROQUETTE

Cuire les pommes de terre, tamiser la pulpe et la dessécher sur le feu, ajouter la chair de crabe, le piment, la coriandre et les oignons ciselés.

Assaisonner. Bouler en 25 g et paner à l'anglaise avec les œufs battus et la chapelure Panko.

Conserver au frais. Faire frire les croquettes à 160 °C.

60 g de sauce américaine • 100 g de farine • 3 œufs

5 g de poudre à lever • 50 g huile d'olive • 100 g de chair de crabe bleu • ¼ botte de ciboulette

♦ CAKE

Réaliser une sauce américaine bien relevée avec les carcasses de crabe bleu. Mélanger tous les ingrédients pour obtenir une pâte homogène. Placer la pâte dans des petits moules individuels et cuire au four 8 minutes à 180 °C. Poser la croquette sur le cake avec un pic en bois. Servir tiède ou tempéré.

BLINIS *iodés* & HOUMOUS

Natacha MORIN

100 g de farine de sarrasin • 1 œuf • 10 cl de lait
2 g de levure chimique

Mélanger la farine et la levure, ajouter doucement l'œuf battu et le lait. Cuire des petits blinis dans une poêle bien chaude huilée ou sur une plancha.

50 g de pois chiches • 4 cl d'huile d'olive • Herbes fraîches
100 g de piment doux • 5 g de mélange d'algues séchées
(jardin marin épices Roellinger)

Cuire les pois chiches (ils doivent s'écraser facilement), les mixer avec l'huile d'olive jusqu'à obtention d'une pâte lisse. Couper finement les piments doux et les herbes. Les mélanger à la purée de pois chiches. Ajouter les algues séchées, rectifier l'assaisonnement au besoin.

TERRINE D'Églefin

8 pers.

Benoît GUERNET

500 g de sel gris de mer
2 litres d'eau
400 g de filet d'églefin
Poudre de laitue de mer
250 g d'huile de pépin de raisin
1 botte d'aneth
45 g de lait ribot
30 g de jus de chou lactofermenté (Biocoop)
24 g d'huile d'aneth
37 g de yaourt nature

♦ SAUMURE

Dissoudre le sel dans l'eau.
Faire tremper les filets dans
la saumure pendant 12 minutes.

♦ POISSON CONFIT

Égoutter les filets et bien les sécher.
Tailler des bandes de 1 cm de côté.
Saupoudrer légèrement de poudre d'herbes.
Rouler un boudin de 5 cm de diamètre.
Faire cuire à 61 °C pendant 12 minutes.
Laisser reposer 12 minutes à température
ambiante. Pocher à nouveau 12 minutes à 61 °C.

♦ HUILE D'ANETH

Mélanger l'huile de pépin de raisin et l'aneth.
Faire infuser à 70 °C pendant 18 minutes.
Mixer et laisser décanter. Récupérer l'huile
limpide.

♦ VINAIGRETTE AU LAIT RIBOT

Mélanger le lait ribot, le jus de chou
lactofermenté, l'huile d'aneth et le yaourt nature.
Émulsionner les ingrédients. Ajuster
la vinaigrette à votre goût. Rectifier
l'assaisonnement si nécessaire.

♦ FINITION ET DRESSAGE

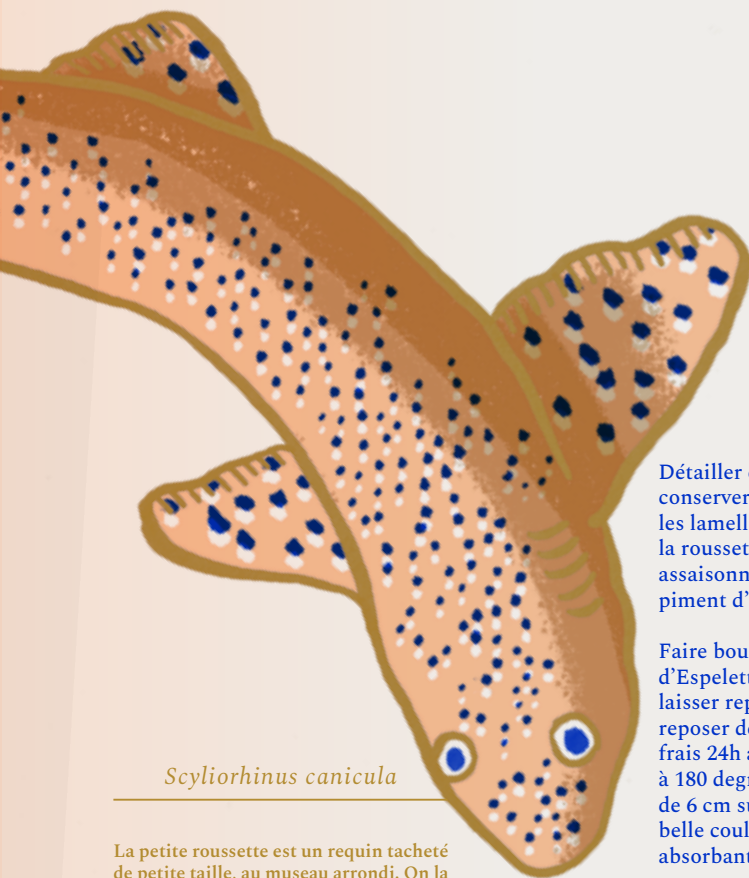
Tailler des tranches de terrine de 1 cm
d'épaisseur. Déposer au centre de l'assiette.
Déposer un pochon de vinaigrette sur le côté
(ou en saucière).

Melanogrammus aeglefinus

L'églefin est un poisson de la famille
des gadidés, à la chair fine et blanche.
Attention, l'églefin peut être confondu
avec le merlan. Il s'en différencie par
la position de sa tache noire, située au
niveau de la ligne latérale et par la taille
de son barbillon mentonnier qui est plus
long.

DADINHOS DE *Petite Roussette*

Nicolas CHERONNET



Scyliorhinus canicula

La petite roussette est un requin tacheté de petite taille, au museau arrondi. On la trouve en Atlantique et en Méditerranée. Elle est souvent vendue en frais sans tête et sans peau, sous l'appellation « saumonette » ce qui peut porter à confusion !

Vérifiez le nom scientifique de l'espèce avant tout achat, ainsi que sa provenance et l'état des populations. Privilégiez les petites roussettes d'Atlantique, dont la taille dépasse les 58 cm.

300 g petite roussette
1 citron jaune bio
5 cl huile de pépins de raisin
Piment d'Espelette
125 g de tapioca
25 cl de lait
40 g d'emmental
4 g de dulce séchée
4 g de laitue de mer séchée
4 g de sel
2 g de piment d'Espelette
1 litre d'huile de friture
1 citron bio
10 cl de vin blanc
4 cl de jus de citron
5 g sauce Savora
10 feuilles de mélisse
30 g Popcorn de Kasha

Détailler en fines tranches les filets de roussette et conserver les arêtes pour le bouillon. Badigeonner les lamelles de poisson d'huile. Snacker vivement la roussette et égoutter sur papier absorbant, assaisonner avec les zestes à la microplane et le piment d'Espelette.

Faire bouillir le lait avec le sel et le piment d'Espelette, ajouter les algues, verser sur le tapioca, laisser reposer 5 minutes, ajouter l'emmental, laisser reposer de nouveau 10 minutes, puis réserver au frais 24h avec un couvercle. Préchauffer la friteuse à 180 degrés. Tailler le dadinhos en rectangles de 6 cm sur 3 et les faire frire jusqu'à obtenir une belle couleur dorée. Saler et égoutter sur papier absorbant.

Blanchir le citron en quartier. Confire le citron avec le mélange vin blanc, jus de citron et les tiges de mélisse. Mixer au Thermomix en ajoutant une cuillère de sauce Savora. Ajuster la consistance avec un peu d'eau si nécessaire.

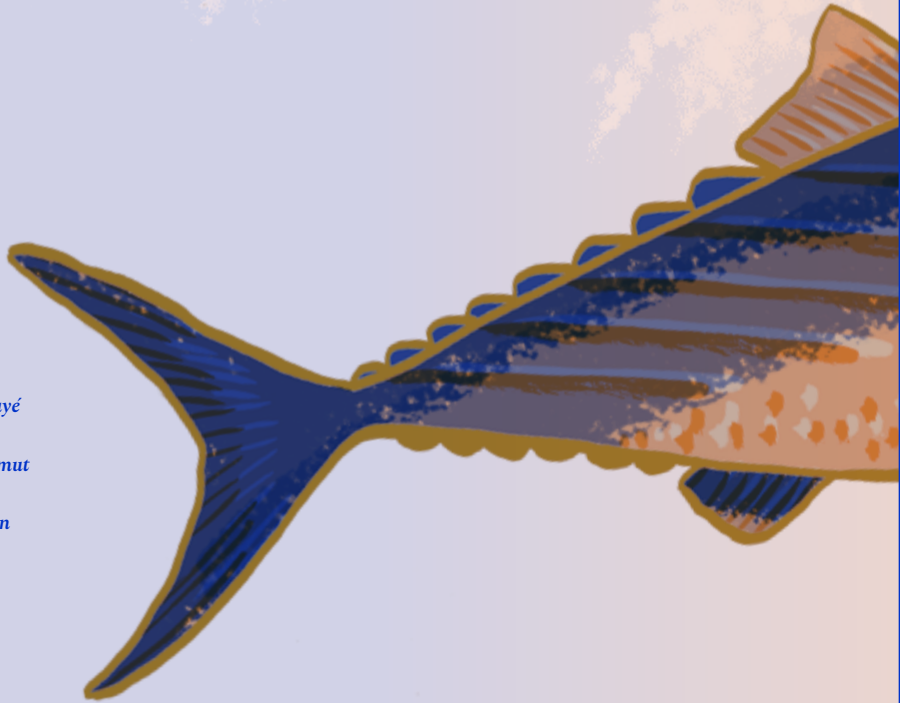
Ciseler des feuilles de mélisse dans la longueur. Dresser les dadinhos, déposer la tranche de roussette sur le dessus, ajouter quelques gouttes de condiment mélisse. Terminer avec la mélisse ciselée et les popcorns de kasha.

SASHIMI DE *Bonite* à dos rayé

Selim M'NASRI

4 pers.

0,5 kg de filet de bonite à dos rayé
150 g de mûres
1 cuillère à café de poivre de Timut
1 brin d'aneth
100 ml d'huile de pépin de raisin
100 ml de vinaigre blanc
10 g de gingembre
½ concombre libanais
50 ml de jus de citron
100 g de sucre
0,3 g de lécithine de soja
Fleur de sel de maldon



♦ MATURATION DU POISSON

(préparation 15 jours au préalable)

Préparer la bonite 15 jours au préalable : gratter, vider et éviscérer à 100 % pour une bonne maturation. La placer 24 heures au congélateur afin de pouvoir la consommer crue (le froid détruit les éventuels parasites). Une fois décongelé, suspendre le poisson 15 jours à 0 °C avec un taux d'humidité inférieur à 70 % dans une cave de maturation.

♦ VINAIGRE DE MÛRE

Faire bouillir 100 ml de vinaigre blanc avec 25 g de sucre. Une fois à ébullition, verser le mélange sur 50 g de mûres dans un bocal hermétique afin de créer un vinaigre maison. Laisser reposer 15 jours à température ambiante bien fermé de manière hermétique.

♦ CONDIMENT MÛRES ET TIMUT

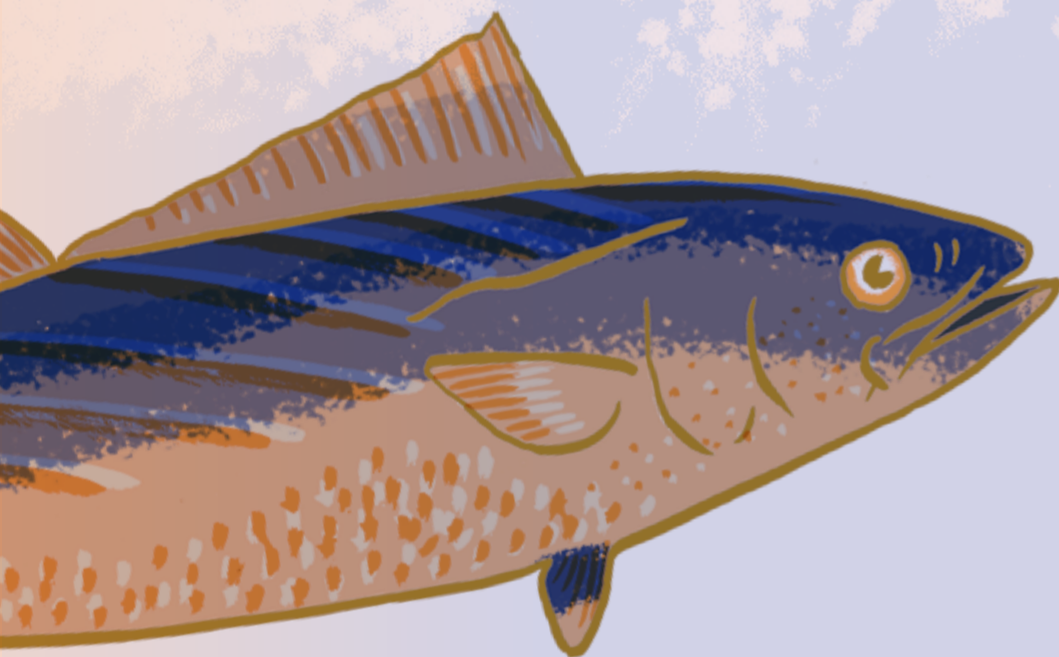
Placer les 100 g de mûres restant dans une casserole à feu doux avec 25 g de sucre et le poivre de Timut afin de réaliser une compotée (cuisson environ 30 minutes). Une fois la bonne texture obtenue, mixer pour obtenir une pommade bien lisse puis passer la pommade au chinois étamine. Réserver la pommade.

♦ HUILE D'ANETH

Blanchir l'aneth 3 minutes dans l'eau bouillante puis la refroidir dans de la glace. Bien presser puis mixer avec l'huile de pépin de raisin pendant 3 minutes. Filtrer dans un linge afin d'obtenir une huile très verte et très parfumée.

♦ BRUNOISE DE GINGEMBRE ET CONCOMBRES

Tailler en mini brunoise et réserver.



♦ AIR DE CITRON

Dans une casserole, faire bouillir 150 ml d'eau avec 25 g de sucre. Ajouter 50 ml de jus de citron hors du feu puis la lécithine de soja. Mixer le tout pour obtenir une mousse de citron très aérienne.

♦ SASHIMI DE BONITE

Après 15 jours de maturation, la bonite perd 15 % de son poids initial et sera prête à la découpe.

Un poisson sec à l'extérieur assez rigide mais très moelleux à l'intérieur. Lever les filets et tailler un sashimi de 3 mm d'épaisseur.

♦ DRESSAGE

Dans le fond d'un bol, dresser le condiment mûres et Timut, une cuillère de brunoise de gingembre et concombre. Ajouter le sashimi de bonite, la fleur de sel de maldon, l'huile d'aneth et le vinaigre de mûre. Ajouter un tour de poivre de Timut et une cuillère d'air de citron très aérée. À déguster rapidement.

Katsuwonus pelamis

Aussi appelée « skipjack », la bonite à dos rayé est un poisson pélagique appartenant à la famille des thons.

Elle est facilement reconnaissable grâce à son dos bleu foncé et ses rayures noires horizontales. Présente dans les eaux chaudes de tous les océans, elle fréquente aussi la Méditerranée. Elle mesure en moyenne entre 40 et 80 cm et vit en bancs compacts. Rapide et agile, elle se nourrit principalement de petits poissons, de crustacés et de céphalopodes. Sa chair est très consommée dans le monde, notamment en conserve.

La bonite à dos rayé est l'une des espèces les plus pêchées au niveau mondial.

« Plonger délicatement
les poissons entiers dans la soupe
qui ne doit pas bouillir* mais
frémir, pour ne pas casser
les poissons. »

LA VRAIE Bouillabaisse

10 pers.

Léa COMBELONGE

POUR LE BOUILLON

1 kg de poissons de roche • 1 fenouil • 1 oignon • 1 tête d'ail
2 tomates • 10 g de concentré de tomates • 5 mg de safran
(ou Spigol) • 1/2 verre de pastis • Huile d'olive • Sel et poivre

POUR LES CROÛTONS ET LA ROUILLE

1 petite pomme de terre • 1 jaune d'oeuf • 10 g de moutarde
2 gousses d'ail • 5 mg de Spigol • Huile d'olive
1 baguette de pain • Sel et poivre

POUR FINIR LA BOUILLABAISSE

4 pièces de poissons pour la bouillabaisse
1 kg de pommes de terre • Sel et poivre

♦ BOUILLABAISSE

Enlever la tête des poissons (chapon, baudroie, vive, vieille). Vider et écailler les poissons.
Ou demander à votre poissonnier de le faire.

♦ BOUILLON

Nettoyer à l'eau claire les poissons et les crabes (sarran, girelle, rascasse, vive, crabe bleu).
Couper en petits morceaux le fenouil, les oignons, l'ail et les tomates. Dans une grande casserole faire revenir les poissons destinés au bouillon, ajouter les légumes coupés. Ajouter le concentré de tomates et le safran. Déglacer au pastis et mouiller à hauteur avec de l'eau ou un fumet de poisson.
Cuire 45 minutes le bouillon à partir de l'ébullition.
Mixer le bouillon à l'aide d'un mixeur plongeant.
Passer la soupe au moulin à légumes.
Assaisonner la soupe.

♦ LA ROUILLE ET LES CROÛTONS

Couper en fines tranches une baguette de pain et les passer au four à 220 °C avec un filet d'huile d'olive et de la fleur de sel. Retourner les croûtons quand ils sont bien dorés. Cuire une pomme de terre au four sur du gros sel à 200 °C pendant 20 minutes. Retirer la peau et l'écraser à la fourchette dans un saladier. Une fois la pomme de terre refroidie, ajouter la moutarde, le jaune d'oeuf, l'ail haché et le Spigol. Monter à l'huile d'olive à l'aide d'un fouet. Éplucher et couper les pommes de terre en gros morceaux et les cuire dans la soupe de poissons.

♦ DRESSAGE

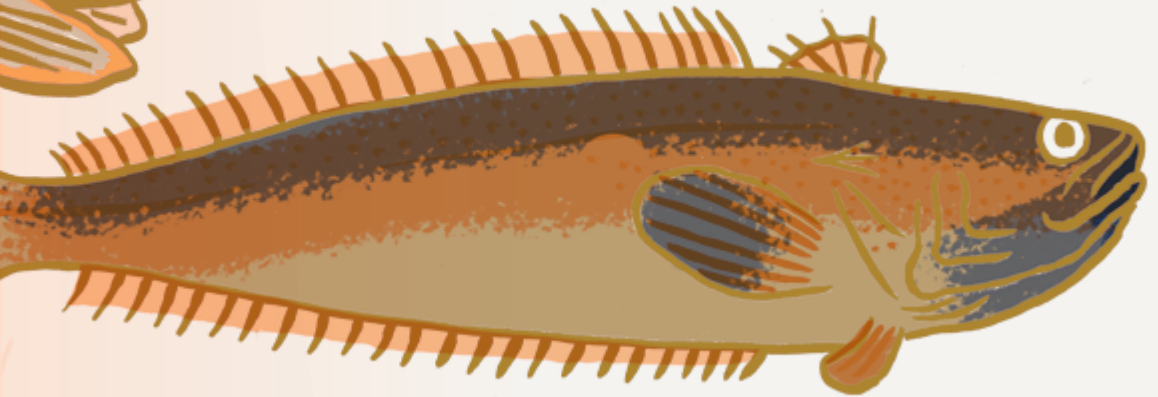
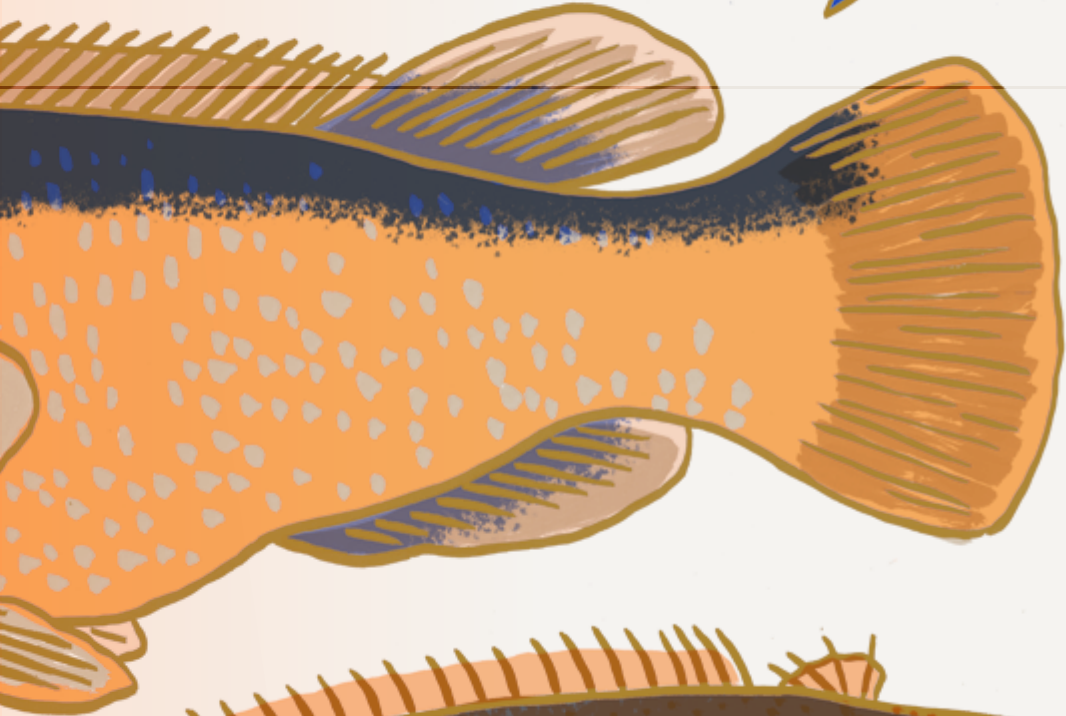
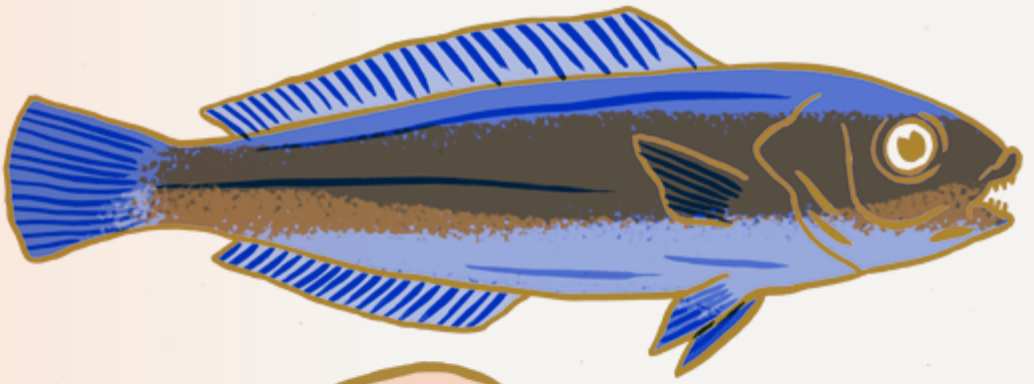
Servir dans une assiette creuse : la soupe, un poisson entier, des croûtons avec la rouille.



La vieille • *Labrus merula*

De la famille des labridés, c'est un poisson coloré aux reflets bleutés ou verdâtres. Commune dans les herbiers de posidonies, elle est souvent pêchée à la ligne.

* Le nom même du plat témoigne de sa préparation :
« quand ça bout, tu baisses ! » (en provençal « boui-abaïss »),
indiquant le moment où il faut réduire le feu sous la marmite.



La girelle • Coris julis

Poisson de la famille des rascasses, réputé pour sa chair savoureuse et sa peau rougeâtre hérissée d'épines venimeuses. Il vit camouflé dans les fonds rocheux.

La vive • Trachinus draco

Poisson allongé au dos épineux et venimeux. Souvent enfouie dans le sable, elle est redoutée des baigneurs, mais appréciée en gastronomie pour sa chair blanche délicate.

DASHI

4 ormeaux en coquille

2 feuilles de figue

1 feuille de Kombu royal

12 mg de miso

10 mg de gingembre

1 bâtonnet de citronnelle

1 pied de shiitake

EMBEURRÉ D'ORMEAUX

50 g de beurre

25 ml d'eau de fleur d'oranger

100 g de shiitake

½ pomme Granny

1 poignée de criste-marine

150 g de fèves

2 feuilles de géranium citronnelle

PANISSE AU FOIE D'ORMEAU

Foies d'ormeaux

5 feuilles de géranium citronnelle

10 g de dulce

2 fleurs de tagète

½ tête d'ail noir

125 g de farine de pois chiche

50 ml d'eau

20 ml d'huile d'olive

7 g de sel

250 ml d'huile de friture

PRALIN D'AIL NOIR

50 g de pâte d'amande

½ tête d'ail noir

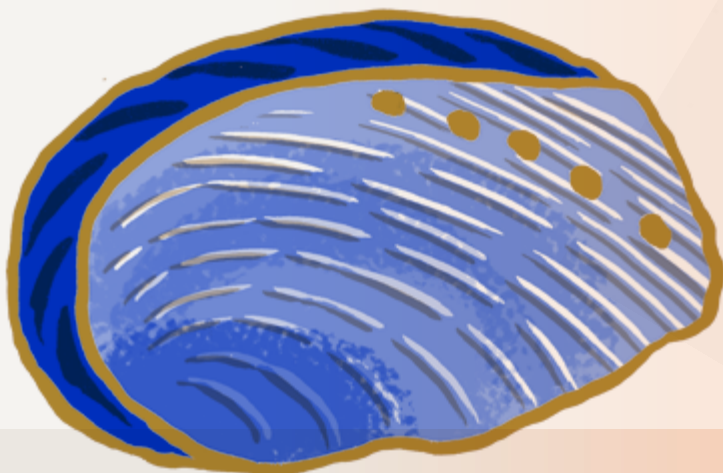
Poivre de Kampot

Fleur de sel

Ormeau FLORAL

Manon FOUCHARD

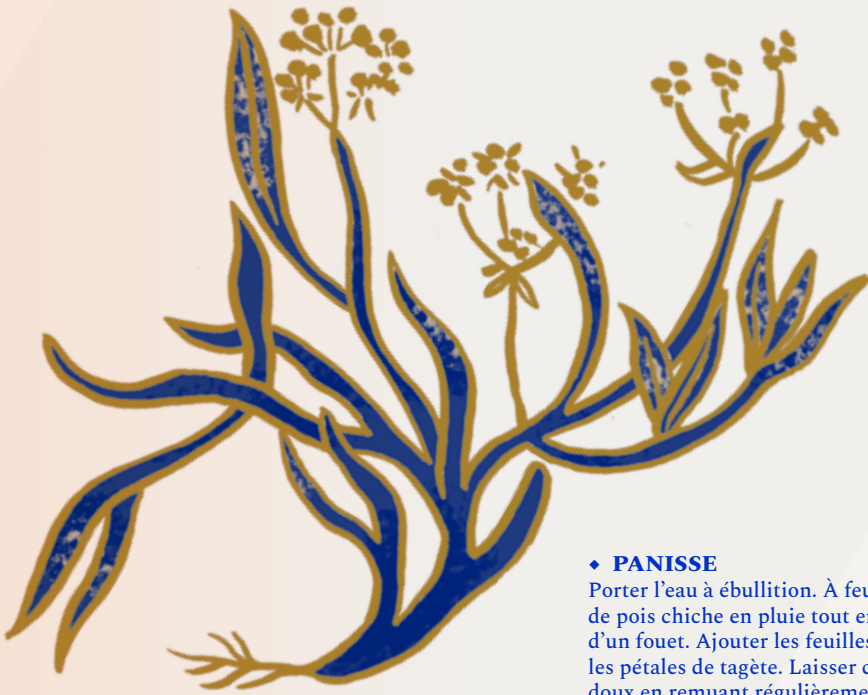
4 pers.



Haliotis tuberculata

Mollusque marin appartenant à la famille des gastéropodes, l'ormeau est reconnaissable à sa coquille épaisse, en forme d'oreille, percée de petits trous sur le côté. On le trouve principalement sur les côtes rocheuses de l'Atlantique et de la Manche. L'ormeau se nourrit principalement d'algues, qu'il racle sur les rochers grâce à sa radula, une langue râpeuse. Très prisé pour sa chair délicate, sa rareté et sa lente croissance ont conduit à une forte réglementation de sa pêche. Aujourd'hui, des élevages contribuent à protéger l'espèce.





♦ DASHI

Réaliser un bouillon à base d'eau, de feuille de Kombu royal, de gingembre, de citronnelle, de pâte de miso, de pied de shiitake et de feuilles de figue. Porter à ébullition puis laisser mijoter à feu doux pendant 40 minutes. Passer la préparation pour ne récupérer que l'eau infusée. Porter de nouveau à ébullition le bouillon puis plonger les ormeaux encore accrochés à leur coquille. À feu doux, les cuire 20 minutes. Sortir les ormeaux et conserver le dashi. Détacher les ormeaux de leur coquille et détacher leur foie. Conserver les foies pour la réalisation des panisses. Réserver les ormeaux.

♦ GARNITURE VÉGÉTALE

Écosser les fèves. Blanchir les fèves fraîches 5 à 7 minutes dans une eau bouillante salée. Réaliser une purée lisse et fluide. Réaliser une brunoise de pomme Granny. Lorsque la purée de fèves a refroidi, y ajouter la brunoise de pomme. Assaisonner. Couper les chapeaux de shiitake en brunoise et conserver les pieds pour le dashi. Hacher la criste-marine et les feuilles de dulce. Dans un beurre noisette, faire sauter les champignons, la criste-marine et la dulce. Après coloration, arroser d'eau de fleur d'oranger. Assaisonner et réserver.

♦ PANISSE

Porter l'eau à ébullition. À feu doux, verser la farine de pois chiche en pluie tout en remuant à l'aide d'un fouet. Ajouter les feuilles de dulce hachées et les pétales de tagète. Laisser cuire une heure à feu doux en remuant régulièrement. Pendant ce temps, hacher les feuilles de géranium citronnelle. Faire revenir les foies d'ormeaux ainsi que le géranium citronnelle dans un beurre noisette. Mixer les foies d'ormeaux avec les gousses d'ail noir, préalablement décortiquées. À la fin de la cuisson, incorporer la pâte de foies d'ormeaux à la préparation de pois chiche. Huiler le moule puis y verser le mélange. Laisser reposer 4 heures au réfrigérateur. Couper la pâte à panisse en bâtonnets rectangulaires. Dans une friteuse à 180 °C, faire frire 4 minutes les bâtonnets jusqu'à obtenir une belle coloration. Déposer les panisses sur une plaque et assaisonner à chaud de fleur de sel et de poivre.

♦ PRALIN D'AIL NOIR

Mixer la pâte d'amande ainsi que l'ail noir, le poivre de Kampot en poudre et la fleur de sel.

♦ ORMEAUX

Émincer les ormeaux. Réaliser un beurre noisette. Faire sauter les lamelles d'ormeaux. Assaisonner.

♦ DRESSAGE

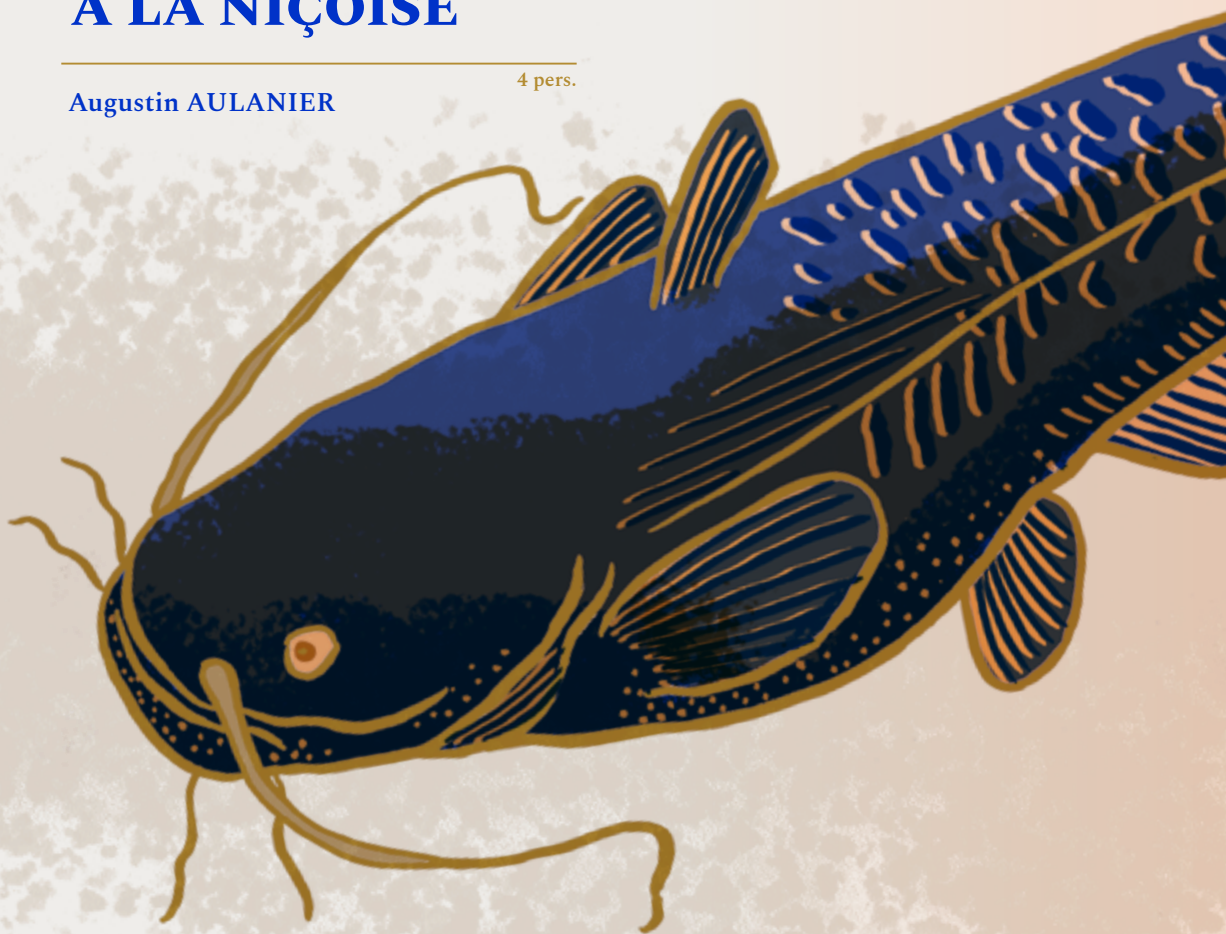
Dans un bol, déposer la purée de fèves et de pomme. Recouvrir de dashi chaud. Sur une petite assiette, déposer un rectangle de panisse puis, à l'aide d'une poche ou d'une cuillère, déposer dessus une ligne de brunoise de shiitake à la criste-marine et dulce. À l'aide d'une poche ou d'une pipette, déposer des stries de pralin à l'ail noir. Parsemer de feuilles de géranium citronnelle émincées finement ainsi que de tagètes.

Silure

À LA NIÇOISE

Augustin AULANIER

4 pers.



1/2 kg de silure • 0,5 litre d'huile neutre

♦ SILURE

Faire chauffer l'huile à 64 °C.

Tailler le silure en pavés.

Plonger le silure 10 à 12 minutes dans l'huile.

Réserver à chaleur douce une fois le poisson cuit.

250 g de mesclun • ½ botte de radis rouges ronds

200 g de tomates • 200 g de fèves • 2 poivrons verts

4 anchois • ½ botte de cébette • 50 g d'olives

♦ SALADE NIÇOISE

Laver et couper les légumes en fines rondelles.

Égrener les poivrons et les tailler en triangles.

Écosser les fèves, les blanchir puis enlever la peau.

Assaisonner le mesclun avec un filet d'une bonne huile d'olive.

0,4 litre de bouillon de légumes

150 g de blettes • ½ botte de persil

20 g de roquette ou d'épinards • 60 g noix de cajou

♦ SAUCE AUX BLETTES

Dans le bouillon de légumes, faites cuire le persil, le vert des blettes et les jeunes pousses de votre choix. Verser les légumes et les herbes cuites dans un mixeur puissant et ajouter les noix de cajou.

Mixer et ajouter au fur et à mesure le bouillon de légumes jusqu'à atteindre une consistance nappante à votre goût. Assaisonner et verser la sauce au milieu de l'assiette. Déposer votre poisson et la salade.



Silurus glanis

Le silure est le plus grand poisson d'eau douce d'Europe. Il peut atteindre jusqu'à 2,5 mètres de long et peser plus de 100 kg. Il possède un corps allongé, une large bouche et deux longs barbillons qui lui servent à détecter ses proies. Carnivore, il se nourrit de poissons, d'amphibiens et parfois même d'oiseaux. Le silure est un redoutable prédateur. Il suscite à la fois fascination et controverse, notamment en raison de son impact sur les écosystèmes.

INSPIRATION *Costa Rica*

4 pers.

Julia DEMON

250 g de maïs • 87 g de sucre • 21 g de farine • 2 œufs
70 ml de lait • Un peu d'ail et d'origan

♦ CHORREADAS

Mixer l'ensemble des ingrédients. Laisser reposer une heure. Cuire comme des pancakes, deux minutes de chaque côté dans une poêle bien chaude.

50 g de paillettes d'algues • 50 ml d'huile d'olive
10 g de cornichons • 10 g de câpres • 1 citron
20 g d'échalotes • 10 ml de vinaigre de cidre

♦ TARTARE D'ALGUES

Couper finement tous les ingrédients et mélanger le tout pour réaliser le tartare. Laisser prendre au frais au moins une heure.

200 ml de saké • 200 ml de mirin • 500 ml d'eau
500 ml de sauce soja • 300 g de glucose
400 g de kombu royal réhydraté • 1 càc de piment
200 g d'algues nori

♦ CONFITURE D'ALGUES NORI

Brûler le saké et le mirin dans une poêle bien chaude. Ajouter l'eau, la sauce soja et le glucose. Faire bouillir. Ajouter le kombu ciselé, le piment et l'algue nori. Laisser compoter pendant une heure. Mixer le tout et conserver au frais.

200 g d'asperges blanches • 200 g d'asperges vertes
20 g d'herbes (persil, menthe, ciboulette) • ½ citron

♦ TARTARE D'ASPERGES

Cuire les asperges à la vapeur. Les détailler en brunoise. Couper finement les herbes et assaisonner les asperges avec les herbes, l'huile d'olive, le citron, le sel et le poivre.

200 g de rhubarbe • 500 ml de vinaigre de vin blanc
250 g de sucre • 500 ml d'eau • 10 g d'agar-agar

♦ PICKLES ET GEL DE RHUBARBE

Chauffer le vinaigre, l'eau et le sucre et verser sur les rhubarbes épluchées, dans un bocal. Laisser au repos toute une journée. Égoutter les asperges et garder le jus. Faire chauffer le jus dans une casserole et ajouter l'agar-agar. Verser dans un plat et laisser prendre la gelée au frais au moins une heure. Mixer la gelée pour avoir un gel bien lisse.

CHOCOLAT, *algues* ET SARRASIN

8 pers.

Benoit GUERNET

30 g de laitue de mer
150 g d'eau • 150 g de sucre

♦ TUILE DE LAITUE DE MER

Réaliser un sirop avec l'eau et le sucre.
Tremper les feuilles de laitue pour les enrober.
Sécher à 50 °C sur silpat.

86 g de beurre • 64 g de sucre glace
1,4 g de fleur de sel • 1 g de vanille épuisée
36 g d'œuf • 21 g de poudre d'amande tamisée
150 g de farine de sarrasin • 18 g de cacao poudre

♦ PÂTE SUCRÉE CACAO & SARRASIN

Au batteur avec une feuille, mélanger le beurre, le sucre glace et le sel. Ajouter les œufs puis la poudre d'amande, le cacao et la farine. Abaisser à 2 mm entre 2 papiers sulfurisés et réserver au congélateur. Détailler en forme de calisson de 8 cm de long. Cuire sur silpat à 160 °C pendant 15 minutes.

82 g de lait entier • 82 g de crème • 48 g de jaune d'œuf
16 g de sucre • 1 g de gélatine en feuille • 10 g de laitue de mer
77 g de chocolat Costa Rica ou Amérique du Sud 72 %

♦ CRÉMEUX CHOCOLAT & LAITUE DE MER

Blanchir les jaunes d'œufs et le sucre. Chauffer le lait et verser sur les jaunes blanchis. Cuire une crème anglaise à 84 °C. Ajouter la gélatine réhydratée. Verser sur le chocolat légèrement fondu. Mixer au mixer plongeant et ajouter les algues. Refroidir en filmant au contact. Mettre dans une poche à douille.

50 g de crème crue montée
1 g de poudre de Kampot rouge • 2 g de fleur de sel

♦ DRESSAGE

Décorer le fond d'assiette de crémeux.
Garnir le biscuit de crémeux avec la douille à Saint-Honoré. Poser quelques points de crème crue. Assaisonner de poudre de Kampot au moulin et fleur de sel. Reposer la tuile de laitue de mer.





LES MEMBRES DE L'ÉQUIPAGE DE LA MER

Ils sont cuisiniers ou acteurs de la salle et ont tous participé au concours **Olivier Roellinger**, pour la préservation des ressources de la mer :

Augustin Aulanier ————— 2024
Chef, traiteur et formateur, Paris

Mathéo Chauvière ————— 2025
Élève au lycée hôtelier de Nice

Léa Combelonge ————— 2019
Cheffe privée, Isanova,
Saint-Maximin la Sainte-Baume

Julia Demon ————— 2021
Cuisinière indépendante, Lille

Manon Fouchard ————— 2022
Cheffe privée, Fragrance, Rennes

Benoît Guernet ————— 2013
Professeur de cuisine,
lycée hôtelier de Granville

Marius Loget ————— 2025
Élève au lycée hôtelier de Dinard

Enric Macià Sánchez ————— 2024
Chef et scientifique, restaurant Udon,
Barcelone, Espagne

Kevin Mansencal ————— 2016
Co-gérant du Traiteur O' Plaisir gourmand
Bordeaux

Natacha Morin ————— 2012
Cheffe à domicile en Bretagne

Selim M'Nasri ————— 2018
Chef propriétaire du restaurant Epicentre,
Nice

Xander Robard ————— 2023
Élève du lycée hôtelier Sainte-Anne
Saint-Nazaire

Ilan Rosenberg ————— 2025
Chef de partie, restaurant Lasserre, Paris

LA ROELLING TEAM

Nicolas CHERONNET Enseignant formateur à FERRANDI Paris
Bénédict COCHARD Professeur de cuisine, lycée hôtelier Paul Augier, Nice
Mylène FRAYSSINET Cheffe privée, Isanova, Saint-Maximin la Sainte-Baume
Denis RIAUD Professeur de cuisine, lycée hôtelier Yvon Bourges, Dinard

AUGUSTIN AULANIER

« Après avoir travaillé dans le secteur de la distribution alimentaire, j'ai suivi une reconversion en cuisine afin de donner du sens à mon activité professionnelle. J'ai ouvert mon restaurant à Orléans, cuisine simple à partir de produits frais, bio, locaux et durables, puis j'ai développé une activité de traiteur évènementiel. En parallèle, je suis formateur au sein du Refugee Food où je forme un public de réfugiés en situation d'exil aux fondamentaux de la cuisine. »

MATHÉO CHAUVIÈRE

Lauréat 1^{er} prix de l'édition 2025
du concours Olivier Roellinger, dans la catégorie
« Étudiants - Europe du Nord et de l'Ouest ».

LÉA COMBELONGE

« Originaire de Marseille, c'est au bord de la Méditerranée que j'ai appris mon métier, la cuisine. Je suis amoureuse de ma région, de sa culture et de ses produits ! J'ai deux passions dans la vie : la cuisine et la mer. Je pratique la pêche de loisir depuis toute petite et aujourd'hui je travaille avec mon frère qui est devenu pêcheur. Après différentes expériences dans des restaurants gastronomiques et une grande prise de conscience vis-à-vis de notre consommation de produits de la mer, je suis Cheffe à domicile pour pouvoir transmettre mes valeurs et contribuer à changer les habitudes de consommation. »

JULIA DEMON

Julia a décidé de faire de sa passion de la cuisine son métier. Actuellement cuisinière indépendante à Lille, elle est animée par une envie de respecter l'environnement au travers de sa cuisine.

« M'investir au sein de l'Équipage de la mer donne énormément de sens à mon métier. C'est un métier de partage et de rencontres. L'Équipage permet de partager nos projets, nos expériences et contribue à apporter notre pierre à l'édifice de la protection des ressources halieutiques. »

MANON FOUCHARD

« Nous avons tous besoin d'être guidés pour mieux consommer en toute transparence. Ethic Ocean, c'est avant tout une grande famille qui vise à faire évoluer les pensées, non pas par l'attaque mais par l'éducation. Si chacun agit à son échelle, nous pourrions construire un pont vers un avenir plus durable, raisonné et conscient. »

BENOIT GUERNET

« Être membre de l'Équipage de la mer représente bien plus qu'une simple participation à un concours : c'est un engagement à promouvoir des valeurs fortes telles que la préservation de l'environnement, le développement durable et le respect des ressources marines. »

MARIUS LOGET

Lauréat 1^{er} prix de l'édition 2025
du concours Olivier Roellinger, dans la catégorie
« Acteurs de la salle ».

ENRIC MACIÀ SÁNCHEZ

« Pour moi, cuisiner n'est pas un métier, c'est une mission. J'ai travaillé dans plusieurs restaurants et centres de recherche culinaire, dans différents pays. Aujourd'hui, en tant que technicien R&D dans un groupe international, je fusionne saveurs et techniques. L'innovation est au cœur de mon activité. »

KEVIN MANSENCAL

« Je me suis lancé dans l'aventure du concours Olivier Roellinger tout d'abord par défi personnel, pour me challenger, apprendre de moi-même. Mais lors des étapes de préparation, mon objectif a changé : il s'agissait davantage de présenter un savoir-être et des convictions, ce que j'essaie de mettre dans ma cuisine à ma manière, de faire du mieux possible pour se sourcer, cuisiner et sensibiliser un panel de personnel différent (les petits détails font les grands moments). C'est une force de pouvoir se réunir au sein de l'Équipage sur différents projets où chacun a son univers, sa manière de penser, vient d'une région différente et a des connaissances diverses. »

NATACHA MORIN

Après avoir travaillé dans différents types d'établissements, de l'étoilé au restaurant ouvrier, en cuisine et aussi en salle, Natacha est aujourd'hui cheffe à domicile en Bretagne.

« Mon but est de régaler le plus grand nombre tout en montrant l'importance du choix du bon produit. Nous devons sensibiliser les consommateurs à l'impact qu'on peut avoir en choisissant ce qu'on mange. »

SELIM M'NASRI

Selim cultive depuis son plus jeune âge un amour profond pour la gastronomie, inspiré par une maman passionnée de cuisine. Après de nombreuses expériences en France et à l'étranger, il vient d'ouvrir son premier restaurant à Nice, l'Épicentre.

« En tant que chefs, nous sommes aujourd'hui des ambassadeurs du bien-manger. Il est de notre responsabilité de montrer l'exemple au quotidien en sélectionnant nos produits avec soin. Nous devons prouver que même des espèces moins connues peuvent être tout aussi remarquables et méritent d'être mises en valeur dans nos cuisines. »

XANDER ROBARD

« La préservation des océans est primordiale. Ce concours représente le début d'un engagement envers les ressources et une découverte de tout cet univers. »

ILAN ROSENBERG

Lauréat 1^{er} prix de l'édition 2025
du concours Olivier Roellinger, dans la catégorie
« Professionnels - Europe »

Retrouvez les recommandations d'achats avec
le guide des espèces et l'application mobile
d'Ethic Ocean sur :

www.ethic-ocean.org



Rédaction
Illustrations
Mise en page
Impression
Typographie *Self modern*
Papier

Ethic Ocean
Éléonore Hérissé
Sylain Descazot
Media Graphic
Lucas Bihan
Fedrigoni Arena natural

CRITÈRES DE DURABILITÉ pour les produits de la mer

LES BONNES QUESTIONS À SE POSER

Quelle est l'espèce que j'achète
(quel est son nom scientifique) ?

Est-ce une ressource sauvage
ou un produit d'élevage ?

D'où vient-il ?

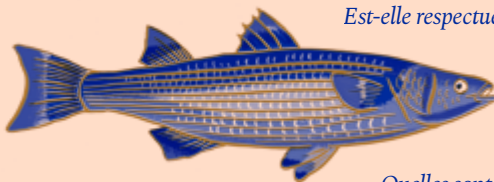
La population est-elle en bon état ?

A-t-il atteint sa taille de maturité ?

A-t-il eu le temps de se reproduire ?

Quelle est la technique de pêche utilisée ?

Est-elle respectueuse de l'environnement ?



Où a-t-il été élevé ?

Quelles sont les conditions d'élevage ?

La ferme est-elle éco-certifiée ?

• RENSEIGNEZ-VOUS SUR LE NOM PRÉCIS DE L'ESPÈCE QUE VOUS ACHETEZ.

Un même nom peut cacher plusieurs espèces. Le nom précis de l'espèce (nom scientifique) est nécessaire si l'on veut vérifier sa durabilité. De nombreuses confusions existent et peuvent porter sur des espèces dont les populations distinctes sont dans des états différents. Si le thon est au menu : s'agit-il de thon rouge, de thon albacore, de thon germon, de thon listao...? La dorade peut être rose, grise ou royale. La dorade rose est en danger. La daurade royale peut être de pêche ou d'aquaculture. D'autres confusions se rencontrent : entre loup et bar commun, sébaste et rascasse, sole commune et sole tropicale, lieu jaune et lieu noir...

• S'AGIT-IL D'UN PRODUIT DE PÊCHE OU D'ÉLEVAGE ?

Certaines espèces peuvent être soit sauvages, soit issues d'élevage. C'est le cas du bar (*Dicentrarchus labrax*) par exemple. Selon la méthode de production vous ne vous poserez pas les mêmes questions. La mention sauvage/élevage est obligatoire sur les étiquettes.

• QUELLES SONT LES CONDITIONS D'ÉLEVAGE ?

La qualité des élevages et le caractère durable des pratiques de production varient selon l'exploitation et la réglementation environnementale en vigueur dans la zone géographique.

• POUR LES PRODUITS DE LA MER SAUVAGES :

- Orientez vos achats vers des espèces
dont les populations sont en bon état.

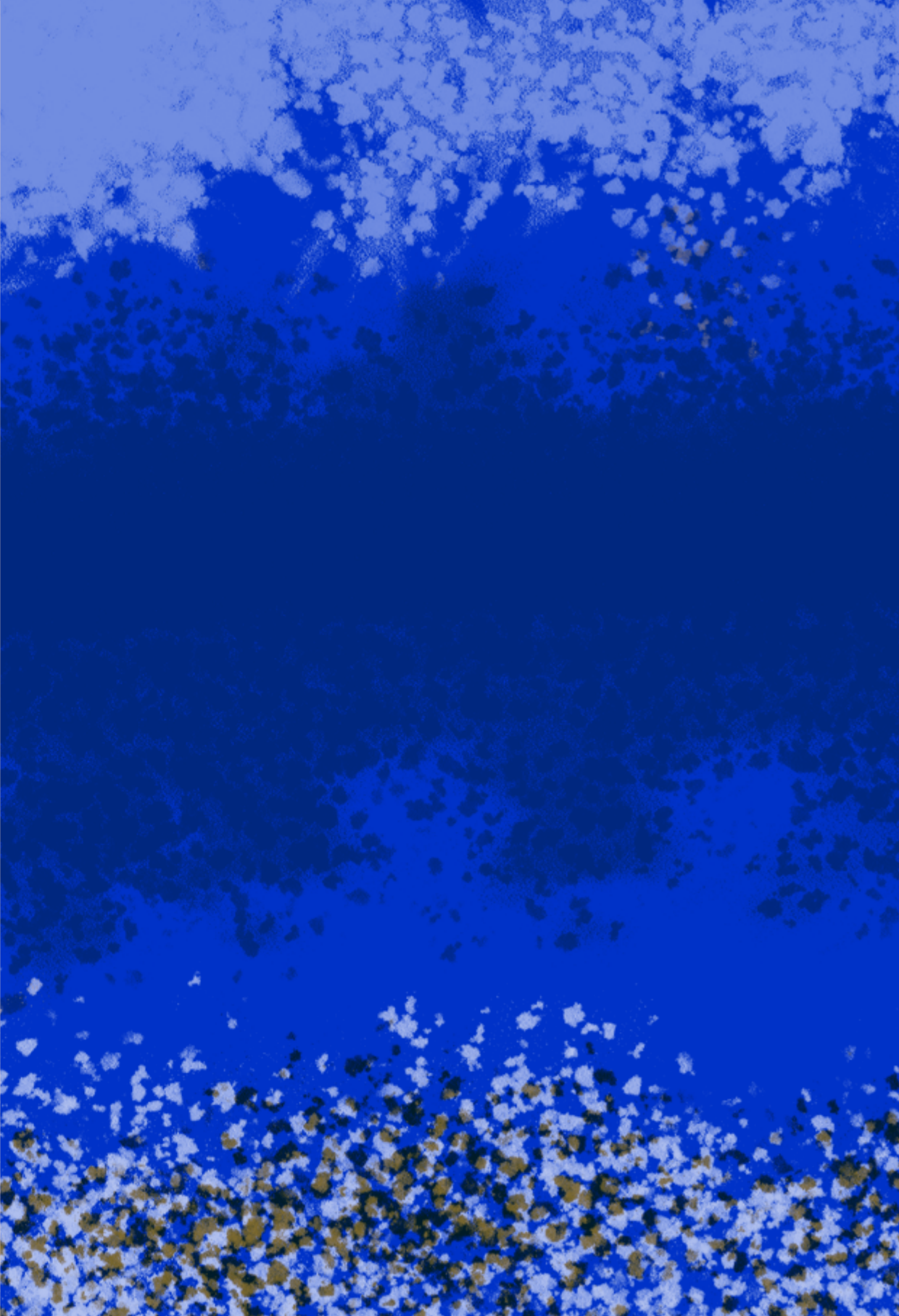
Il est essentiel de connaître l'origine précise du poisson acheté et l'état de la population d'où il provient. Si, pour une espèce donnée, certaines populations sont dégradées dans certaines zones et leur achat déconseillé, d'autres populations situées dans d'autres zones peuvent être en bon état. La zone précise de capture est indiquée sur les étiquettes.

- Orientez vos achats vers des espèces qui ont
été capturées avec des engins respectueux de
l'environnement et des écosystèmes.

Certaines techniques de pêche ont un impact beaucoup plus important sur l'environnement que d'autres, cela dépend des engins utilisés, de leur taille et de l'habitat visé. Certaines peuvent abîmer les habitats ou entraîner d'importantes captures accessoires de juvéniles ou d'espèces non désirées. D'autres techniques sont plus sélectives et plus respectueuses des fonds marins. La technique de pêche utilisée est mentionnée sur l'étiquette au moment de l'achat.

- Assurez-vous de choisir des animaux qui
ont eu le temps de se reproduire avant d'être
capturés.

Pour de nombreuses espèces, la taille légale de commercialisation est inférieure à la taille de maturité sexuelle. Un achat responsable est celui qui porte sur des animaux adultes, ayant eu le temps de se reproduire.







Le *Thalassa*, ambassadeur français des sciences océaniques

Le *Thalassa* incarne l'excellence de la recherche océanographique française. Il est l'illustre représentant de cet héritage que porte la Flotte océanographique française opérée par l'Ifremer et sa filiale d'armement Genavir : des milliers de campagnes sur les sept mers du monde en un siècle 1925-2025.

La Flotte océanographique française est la plus grande infrastructure de recherche environnementale française, et l'une des plus importantes au monde, grâce à ses dix-sept navires et ses six engins sous-marins qui lui permettent d'opérer depuis la côte jusqu'au grand large et depuis la surface jusqu'aux abysses, d'être présente sur toutes les façades maritimes de l'Hexagone et de se projeter dans l'Atlantique, l'océan Indien et le Pacifique.

Le *Thalassa* se différencie des seize autres navires par sa capacité à accomplir des missions halieutiques à grande échelle. Également reconnu pour ses missions en cartographie et en géosciences, le *Thalassa* déploie le robot Ariane afin d'explorer les abysses.

La Flotte océanographique française, ce sont chaque année : 1800 scientifiques à bord de ses navires, plus de 150 campagnes scientifiques, 400 publications de rang A.

R/V *Thalassa*, a French ambassador for ocean science

The *Thalassa* embodies the excellence of French oceanographic research. It represents the storied heritage of the French Oceanographic Fleet, which is operated by Ifremer and its subsidiary Genavir; thousands of research cruises have traversed the seven seas over the past century, from 1925 to 2025.

The French Oceanographic Fleet is the largest environmental research infrastructure in France and one of the largest in the world. Its seventeen vessels and six underwater vehicles crisscross the marine environment from the coasts to the high seas and the surface down to the abysses. The fleet is present on all of metropolitan France's seafronts and also forays into the Atlantic, Indian, and Pacific oceans.

The *Thalassa* stands apart from the sixteen other research vessels for its ability to undertake far-ranging fisheries research missions. Its performance on mapping and geoscience cruises is widely acclaimed, and it can deploy the robot Ariane to explore the deepest depths.

Each year for the French Oceanographic Fleet means 1,800 scientists aboard its research vessels, more than 150 scientific cruises, and 400 A-ranked publications.

La Flotte océanographique française par l'Ifremer

La Flotte océanographique française sillonne les mers du monde pour mieux connaître et protéger l'océan, de la côte au large, et de la surface jusqu'aux abysses.

Cette très grande infrastructure de recherche, labellisée IR* par le ministère de la Recherche, répond aux grands enjeux actuels en sciences et technologies marines.

Dotée de dix-sept navires et de six engins sous-marins, elle sert les intérêts de la communauté scientifique française et européenne et contribue à l'excellence de la recherche fondamentale et appliquée. Elle répond aussi à des missions de surveillance ou de service public pour le compte de l'État, et ses équipes sont sollicitées dans le cadre de partenariats avec les entreprises.

Opérée par l'Ifremer et sa filiale d'armement Genavir, elle est l'une des cinq plus grandes flottes scientifiques au monde.



The French Oceanographic Fleet by Ifremer

From the abysses to the surface, from the coasts to the high seas, the French Oceanographic Fleet sails the seven seas to better understand and protect the ocean. Its work helps address modern challenges related to marine science and technology.

With seventeen vessels and six underwater vehicles, this research infrastructure (IR*) serves the interests of the French and European scientific community and contributes to the excellence of both basic and applied research.

The fleet fulfills monitoring needs and carries out public service missions on behalf of the French government. Its teams are often called on for partnerships with companies.

The French Oceanographic Fleet, operated by Ifremer and its subsidiary, Genavir, is one of the five largest research fleets in the world.



**Une édition de la Flotte océanographique française
par l'Ifremer**
**Direction de la communication et des relations
institutionnelles, Ifremer**

Illustration de couverture et déclinaisons
Guillaume Plantevin

Conception graphique
Jérémy Barrault

Traduction
Meredith Sopher

Impression
Média Graphic

Juin 2025

**A publication of the French Oceanographic Fleet
by Ifremer**
Communication and Institutional Relations, Ifremer

Cover picture and other illustrations
Guillaume Plantevin

Graphic Design
Jérémy Barrault

English Translation
Meredith Sopher

Printing
Média Graphic

June 2025

