

## **NOUVEAUTE 2021 - FILIERE TRUITE (en cours d'ouverture)**

*Distribution AMAP une fois tous les 2 mois*

**LES VIVIERS CATHARES - <https://www.vivierscathares.com/>**

*Le spécialiste de la truite bio de la production à la transformation depuis 1993,*

*élevée sur le Lac de Montbel (limite Ariège-Aude) et certifiée BIO AB*



La truite est plus maigre que la viande la moins grasse. De plus les graisses de poisson sont riches en oméga 3. La truite est aussi très riche en vitamines. On peut ainsi trouver des vitamines B, mais aussi des vitamines absentes de la viande, à savoir les vitamines A et D.

La truite contient également de grandes quantités de calcium, phosphore, sodium et iode.

Le poisson favorise le bon cholestérol, cholestérol estérifié ;

Les truites sont élevées dans le lac de Montbel ; l'alimentation correspond aux exigences de l'agriculture biologique. Étant donné que la truite est un carnivore supérieur, son aliment est essentiellement constitué d'huile et de farine de poisson issues de pêche de poissons sauvages. Le reste de l'aliment est constitué de végétaux provenant de l'agriculture biologique.

Les viviers cathares proposent plusieurs produits différents en ultra frais, tous issus de l'agriculture biologique :

### **Filet de Truite – 38€ le carton de 10 pièces**

Filet de truite avec peau de 180 à 240gr, emballé individuellement sous-vide et conditionné en carton d'environ 10 pièces pour un poids total de 2kgs. (Les gros filets de truite avec peau de 400 à 600 gr sont destinés au fumage).

### **Truite Fumée – 8€ les 4 tranches ou 20€ les 500g (à affiner)**

En plaque sous-vide de 130gr (4 tranches environ) ou plaque traiteur de 400 à 600gr, la truite fumée présente un caractère très raffiné et non gras. Sa texture reste ferme.

## **Truite entière – 36€ le carton de 8 pièces**

D'un poids variant de 250 à 450gr, la truite entière est commercialisée entièrement vidée et nettoyée. Tout comme le filet de truite, elle est emballée sous-vide à l'unité en carton de 2,5kg (de 7 à 10 pièces selon le poids).



## **Rillettes de truite – 5€ le pot de 90g.**

L'association de truite fumée (50%) et de saumon cru (30%) fait de ces rillettes un produit, qui une fois tartiné sur une tranche de pain grillé, égaye parfaitement un apéritif ou une entrée. Conserve de 90gr.



## **Oeufs de truite – 9€ le pot de 80g**

D'une couleur d'or étincelante, les œufs de truite sont conditionnés dans de petites conserves de 80gr. Explosifs en bouche, ils révèlent une saveur d'une extrême finesse. Ils s'apprécient seuls sur un toast ou en accompagnement de truite fumée, de salade...

## **Soupe de Truite – 9€ le pot de 760g**

Élaborée uniquement avec du filet de truite pelé garantissant sa noblesse, cette soupe propose un subtil goût de truite associé à la douceur de légumes tels que poireaux, carottes, pommes de terre, carottes, etc.

Elle est vendue en conserve de 760gr.

