

**CONSUMEZ VRAI - CONSOMMEZ FRAIS**

Photo : Nicolas RAYNAUD

**SOYEZ  
ECO-CITOYENS  
SOUTENEZ LA  
PETITE PECHE LOCALE**

COMITÉ DÉPARTEMENTAL DES PÊCHES MARITIMES  
ET DES ELEVAGES MARINS DES ALPES MARITIMES  
CDPMEM.06 - 5 place Malespine - 06600 ANTIBES  
Tél : 04 93 34 09 31 - clpmem06@free.fr



## L'OBLADE

Saison de pêche : printemps et d'été.

Ce poisson à la chair savoureuse se prépare aussi bien en carpaccio qu'en tartare (idéal pour l'été) et supporte toutes les cuissons. Nos pêcheurs le vendent aux alentours de 15 Euros / Kg.



## LA MOSTELLE

Saison de pêche : printemps et été.

Ce poisson à la chair blanche et savoureuse est le poisson que tous les enfants aimeront. A faire pané, il ravira toute la famille. Nos pêcheurs le vendent aux alentours de 15 Euros / Kg.



## LA SERIOLE COURONNÉE

Saison de pêche : automne / hiver.

Nos pêcheurs le savourent cru en carpaccio. C'est un poisson gouteux que les amoureux des produits de la mer apprécieront. Son prix d'achat est d'environ 20 Euros / Kg.



## LA PALAMIDE

Saison de pêche : automne / hiver.

Plus fin et savoureux que le thon blanc, ce poisson se déguste cru ou en papillote. Vous pouvez aussi le mettre en conserve, comme le thon, il sublimerait vos salades d'été. Il est vendu aux alentours de 20 Euros / Kg.

**VOUS TROUVEREZ LES PECHEURS ARTISANAUX**  
DANS TOUS LES PORTS DE DEBARQUEMENT DU DEPARTEMENT  
MAIS EGALEMENT SUR BON NOMBRE DE MARCHES  
(marché Provençal à Antibes, marché Forville à Cannes, marchés de Nice...)