



SÉBASTE ATLANTIQUE

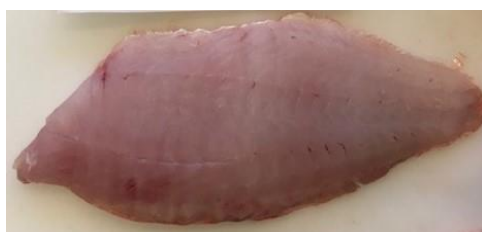
INFORMATIONS NUTRITIONNELLES ET COMPOSITION DES FILETS ET DES COPRODUITS

GÉNÉRALITÉS

Le sébaste atlantique (*Sebastes mentella*, *Deepwater Redfish*) est un poisson de fond à rayons épineux se retrouvant dans l'Atlantique Nord. Appartenant à la famille des Sébastidés, il possède une peau orange à rouge vif, un corps court, de gros yeux et une mâchoire inférieure protubérante.

Au Québec, les captures de sébastes se limitent actuellement aux pêches indicatrices (2 000 t) et expérimentales (3 950 t) ainsi qu'à des prises accidentelles. Les quotas autorisés (5 950 t) ne sont pas pleinement exploités, notamment parce que le marché n'est pas encore structuré pour offrir un prix qui incite les pêcheurs à

investir dans cette ressource. Cependant, la biomasse estimée par Pêches et Océans Canada dans le golfe du Saint-Laurent dépasse les 3 millions de tonnes. En se basant sur un taux d'exploitation prudent et en faisant l'hypothèse que la pêche commerciale se développe sur la base de la répartition historique des quotas entre les provinces, les débarquements au Québec pourraient atteindre de 8 000 à 12 000 tonnes par an d'ici quelques années. Si cette biomasse était filetée localement, elle pourrait donc générer au maximum 3 200 tonnes de filets, 800 tonnes de viscères et 7 800 tonnes de carcasses à valoriser.



*Filets 26,9 %



*Viscères 6,8 %



*Carcasses 65,1 %

*Rendements en biomasse (excluant les pertes d'eau, soit $\approx 1,2\%$). Ces ratios ne varient pas significativement selon la taille, le poids total individuel ou la date de pêche des poissons.



PROPRIÉTÉS SENSORIELLES ET NUTRITIONNELLES DE LA CHAIR

La couleur blanche translucide teintée de rose-rouge est un gage de fraîcheur de la chair crue du sébaste. Les filets sont fermes au toucher et il n'y a aucun espacement entre les flocons. La peau, si elle est présente sur le filet, est plus ou moins rouge dépendamment de l'écaillage. Une fois cuite, la chair du sébaste est floconneuse, modérément ferme et juteuse. Sa saveur est douce avec une légère flaveur d'huile ou de noix. Cette espèce se prête à de nombreuses préparations, mais les cuissons courtes sont à privilégier. Il est très adapté à la préparation d'un *Fish & chips*, par exemple.

La chair de sébaste est très riche en protéines et faible en lipides. Parmi ces lipides, on retrouve majoritairement des acides gras polyinsaturés et mono-insaturés. Elle est une source d'acides gras oméga-3, car elle en contient 0,5 g pour 100 g. Sa consommation procure également une quantité appréciable de potassium, de phosphore et de magnésium ainsi qu'une très grande quantité de sélénium.

Valeur nutritive Nutrition Facts

pour 100g		
Per 100g		
Calories 100		% valeur quotidienne* % Daily Value*
Lipides / Fat 2,5 g		3 %
saturés / Saturated 0,4 g		2 %
+ trans / Trans 0 g		
polyinsaturés / Polyunsaturated 1 g		
oméga-6 / Omega-6 0,6 g		
oméga-3 / Omega-3 0,5 g		
monoinsaturés / Monounsaturated 1 g		
Glucides / Carbohydrate 0 g		
Fibres / Fibre 1 g		4 %
Sucres / Sugars 1 g		1 %
Protéines / Protein 19 g		
Cholestérol / Cholesterol 60 mg		
Sodium 90 mg		4 %
Potassium 350 mg		7 %
Calcium 40 mg		3 %
Fer / Iron 0,5 mg		3 %
Phosphore / Phosphorus 175 mg		14 %
Magnésium / Magnesium 25 mg		6 %
Zinc 0,2 mg		2 %
Sélénium / Selenium 24 µg		44 %
Cuivre / Copper 0,04 mg		4 %
Manganèse / Manganese 0,01 mg		1 %

*5% ou moins c'est **peu**, 15% ou plus c'est **beaucoup**
*5% or less is **a little**, 15% or more is **a lot**

Profils des principaux contaminants de la chair

Résultats en mg/kg (ppm)
Laboratoire Eurofins-Environex

Contaminant	Chair	Règlementation*
Arsenic (total)	0,60	1
Cadmium	<0,008	0,1
Mercure (total)	0,05	0,5
Plomb	0,029	0,5

* Niveaux de contaminants chimiques permis dans les poissons et les produits du poisson au Canada





Coproduits de transformation du sébaste

Valorisation potentielle

Les viscères et les carcasses de sébaste peuvent être regroupés ou valorisés séparément, selon les marchés ciblés, car leur composition est différente. Très riches en lipides de réserve mono-insaturés (> 67 %), les viscères pourraient être dirigés vers des niches de marché en alimentation animale, si le volume total disponible le permettait. Les carcasses contiennent des niveaux intéressants de protéines et de minéraux, en particulier du calcium et du phosphore associés aux arêtes et aux écailles. Le taux de lipides, proche de 24 %, y est moindre que dans les viscères et la composition est similaire, avec un peu plus de lipides de structure (phospholipides, stérols et acides gras polyinsaturés). Dans les deux fractions, le niveau de contaminants métalliques est très faible, comparativement à d'autres biomasses

marines. Avant le moratoire de 1995, les coproduits et les sébastes trop petits étaient transformés en farine et en huile de poisson. Ils ont aussi démontré une bonne efficacité comme appâts pour la pêche au homard dans des tests contrôlés. Cependant, il s'agit de voies à faible valeur ajoutée. Il existe diverses études qui confirment que les peaux de sébaste peuvent servir à la fabrication de collagène marin. L'hydrolyse enzymatique permet de générer des peptides qui peuvent être valorisés dans les marchés de l'alimentation, des ingrédients fonctionnels ou de nutraceutiques, selon leur taille et leurs propriétés. Les premiers essais d'hydrolyse effectués suggèrent que les coproduits de sébaste se prêtent bien à cette approche.

Échantillonnages octobre 2021

Composition biochimique

(% w/w ; poids humide/poids sec) – moyenne de 2 lots

	Viscères	Carcasses
Humidité	61,32 /-	71,05/-
Protéines	9,81/25,87	15,20/52,50
Lipides	26,35/67,40	6,88/23,74
Minéraux	1,19/3,10	5,68/19,64
Glucides	1,33/3,63	1,19/4,12





Profils des principaux minéraux et contaminants

Résultats en mg/kg (ppm) – Laboratoire Eurofins-Environex

Minéral	Viscères	Carcasses
Calcium	811	13 700
Potassium	1 890	2 020
Magnésium	3 98	370
Sodium	1 580	1 780
Phosphore	1 840	9 140
Cuivre	1,7	0,4
Fer	29,7	13,2
Manganèse	0,5	0,7
Sélénium	0,83	0,42
Zinc	12,6	9,1
Arsenic (total)	1,01	0,55
Cadmium	0,248	0,025
Mercure (total)	0,02	0,03
Plomb	0,113	0,058

