

## Poisson pané

Notre comparaison porte sur 20 produits :

- **9 produits « discount »** : « 1er prix » (Carrefour) ; Le Prix Gagnant (LeaderPrice) ; Eco+ (Leclerc) ; N°1 (Carrefour) ; TopBudget (Intermarché) ; Ocean Trader (Lidl) ; Dia (ED) ; Golden Seafood (Aldi) ; Pouce (Auchan)
- **9 produits de marque « distributeur »** : Carrefour (Carrefour Kids) ; Auchan (Rik & Rok) ; LeaderPrice ; Casino ; Leclerc (Pêche Océan) ; U ; Intermarché (Odyssée) ; Carrefour ; Cora (Assiette Bleue)
- **2 produits de marque nationale** : Croustibat au saumon et panés de Cabillaud de Findus

### « Mention honorable »

Pour un prix inférieur à la moyenne, **les panés Casino** présentent la teneur en poisson la plus élevée de l'échantillon (72%) et un taux de protéines supérieur à la moyenne. La matière première mise en œuvre est du filet de Colin et le produit fini est peu gras par rapport à ses concurrents (5% de matières grasses).



### « Peut mieux faire »

**Les panés 1er prix « sans marque » de Carrefour** qui sont les produits les moins chers de notre échantillon (1.89 euros/kg) ne nous semblent pas un bon choix compte tenu de leur faible teneur en poisson (46% contre 64% en moyenne). Ces produits sont avant tout riches en glucides apportés par de l'amidon, de la farine et des flocons de pomme de terre.

De prime abord, avec 70 % de cabillaud, **les panés de la marque Carrefour** paraissent bien fournis en poisson. Mais, ils contiennent le pourcentage de matières grasses le plus élevé de l'échantillon (13%). C'est d'ailleurs le seul produit qui apporte plus de matières grasses que de protéines.



## Les écarts de prix

Les prix varient dans un rapport de 1 à 11,2, ce qui est considérable ! Les panés au Merlan de Cora sont particulièrement chers mais même en les retirant du lot l'écart demeure de 7,5 ce qui est très élevé.

- Prix moyen = 5,8€/kg
- Prix moyen des produits « discount » = 3,17€/kg
- Prix moyen des produits de marque « distributeur » = 7,39€/kg
- Prix moyen des marques nationales = 5,18 €/kg

Les poissons panés font partie des quelques produits de notre étude pour lesquels le prix moyen des marques nationales est inférieur à celui des produits « distributeur ».

## Teneur en poisson

**Tous les panés indiquent la quantité de poisson et la teneur moyenne est de 64%. Treize produits sont très proches de cette moyenne :** 8 produits « discount », 3 produits « distributeur » et les panés de cabillaud de Findus.

Les 4 produits qui contiennent un pourcentage de poisson plus élevé (au moins 70 %), sont des marques de distributeurs (Leclerc, Intermarché, Carrefour et Casino).

En dessous de la moyenne, on trouve les Croustibat de Findus, les panés de Cora autour de 60 % et, loin derrière, un produit « sans marque » vendu chez Carrefour et étiqueté comme « 1<sup>er</sup> prix » qui ne contient que 46% de poisson.

**Cependant, d'un point de vue global, les produits « discount » ne sont pas plus mal notés en ce qui concerne les quantités de poisson.** Il n'y a d'ailleurs pas de relation entre le niveau de prix et la teneur en poisson.

**Concernant l'espèce de poisson utilisée, on observe qu'en dessous de 4,5 €/kg, les étiquetages mentionnent « poisson blanc »** ce qui peut recouvrir plusieurs espèces : Colin, Merlu, Lieu, Hoki. Visiblement, les fabricants s'adaptent en fonction du coût et des disponibilités et l'espèce peut changer d'un lot de fabrication à l'autre. On notera également que deux produits « discount » contiennent non du poisson mais de la chair d'encornets (LeaderPrice et Le Prix Gagnant de Leader Price).

En revanche, lorsque l'on monte en gamme, l'espèce de poisson est déterminée : il s'agit le plus souvent de Colin, de Cabillaud et de saumon (Croustibat de Findus). Le produit Cora, le plus cher de l'échantillon, fait exception puisque c'est un mélange de Merlan et de surimi contenant du Colin.

Ajoutons qu'en dessous de 3€/kg, c'est de la chair de poisson qui est employée et lorsque l'on monte dans la gamme de prix, on trouve plus souvent des filets.

## Qualité nutritionnelle

Tous les produits disposent d'un étiquetage nutritionnel à l'exception des poissons panés TopBudget d'Intermarché.

- **La teneur en calories dépend principalement du contenu en matières grasses.** Hormis les panés de Leclerc, tous les produits contiennent de la matière grasse ajoutée.

**Dans notre échantillon, les produits moins chers ne sont pas nécessairement plus gras ou caloriques que leurs concurrents.** Ainsi, sur sept panés de poisson « discount », six sont moins gras que la moyenne tandis que les deux produits Findus sont plus gras que la moyenne.

- **S'agissant du type de matière grasse ajoutée, trois produits ne donnent pas de précision :** le 1<sup>er</sup> prix « sans marque » de Carrefour, les panés Dia de ED et le produit Aldi.

Pour les 16 autres produits, on trouve le plus souvent de l'huile de tournesol. Elle est parfois complétée par d'autres huiles comme le colza chez Cora.

**Cependant, dans les panés de Cabillaud de Findus, en complément du tournesol, nous avons été surpris de trouver des graisses de palme et de palmiste, de faible qualité nutritionnelle car riches en acides gras saturés. D'ailleurs, parmi les 10 produits qui étiquettent les acides gras saturés, ce produit est celui qui en contient le plus.**

- **Il n'y a pas de lien manifeste entre le prix et la teneur en protéines, trois produits « discount » ont d'ailleurs des teneurs en protéines supérieures à la moyenne.**

## Arômes, additifs et agents de texture

**Les arômes ne sont présents que dans 6 produits sur 19 et ne semblent pas plus fréquents dans les produits moins chers.**

Les additifs rencontrés dans les poissons panés sont la levure et dans certains cas des colorants naturels (paprika et curcuma). **Les agents épaississants (amidons natifs ou modifiés, farine de caroube, fécule de pomme de terre) sont présents dans tous les produits.**

Les panés de Cora contiennent du surimi intégrant des phosphates, additifs sur la sellette pour leur faculté à augmenter la teneur en eau du produit.