

Les poissons crus marinés

- Ces préparations doivent être effectuées au plus près du service.
- Un bain de marinade ne peut être utilisé qu'une seule fois et le poisson doit être consommé dans les 48 heures.

Lorsqu'une préparation de poisson ne subit aucune cuisson, il convient d'être particulièrement vigilant sur le respect des bonnes pratiques d'hygiène pour limiter la contamination et la multiplication microbienne. Et contrairement à une idée reçue, le jus de citron ne suffit pas à assainir le poisson.

→ VIGILANCE À LA RÉCEPTION

- ⇒ **Contrôler la fraîcheur du poisson** : aspect brillant, peau luisante, œil bombé et brillant, ouïes rouges, consistance ferme et élastique, odeur agréable...
- ⇒ **Vérifier également la température de transport du poisson** : il doit avoir été maintenu sous glace fondante, entre 0 et 2 °C.
- ⇒ **Contrôler la traçabilité et l'étiquette sanitaire.**
- ⇒ **Il est préférable de commander des poissons entiers déjà éviscérés.** Vérifier à réception que cette éviscération a été bien faite. Les intestins et les abats des poissons peuvent être des sources de contamination.



→ UN STOCKAGE À L'ABRI

Le poisson destiné à être consommé cru doit être **stocké à l'écart des produits contaminants** (fruits, légumes, œufs...), dans un coffre à poisson ou dans un bac perforé filmé. Pour éviter la multiplication microbienne, il doit rester **entre 0 et 2 °C** jusqu'à la préparation et utilisé rapidement (ne pas dépasser trois jours de conservation).

Certains parasites présents dans le poisson, comme l'anisakis, sont détruits par une **congélation à -20 °C pendant 24 heures minimum**. Ces parasites peuvent provoquer des troubles intestinaux aigus ou chroniques, ou des symptômes évoquant une allergie. Il est donc préférable de congeler le poisson lorsqu'on réalise des sushis ou des tartares.

Respecter les quantités de sel, d'huile et de citron, voire de sucre dans certaines recettes permet de stabiliser le produit sans altérer ses qualités gustatives.

→ LES PRÉCAUTIONS À PRENDRE LORS DE LA PRÉPARATION

- ⇒ Les poissons crus doivent être travaillés **très rapidement**, dans un local tempéré ou frais, pour éviter une augmentation de la température. À partir de 10 °C, les micro-organismes commencent à s'agiter !
- ⇒ Les préparations doivent être effectuées au plus près du service (une heure de marinade peut suffire sur le plan organoleptique), sur un plan de travail préalablement **nettoyé et désinfecté** (bien respecter le temps de pose du produit).
- ⇒ **Le matériel utilisé doit également être irréprochable.** N'oubliez pas de laver les herbes aromatiques que vous utilisez dans votre recette.

→ UN SERVICE AU TOP

- ⇒ Un bain de marinade ne peut être utilisé qu'une seule fois et le poisson ainsi préparé (en marinade, tartare ou carpaccio) doit être consommé dans les 48 heures s'il n'y a pas de rupture de la chaîne du froid.
- ⇒ **Déstockez les préparations au fur et à mesure des besoins.** Si la marinade devient trouble ou si son odeur est suspecte, ne servez surtout pas le poisson. En cas de présentation sur un buffet, les restes doivent aussi être jetés.



Dans tous les cas, et en particulier avec le poisson cru, pensez au client : **ne servez que des préparations que vous auriez plaisir à manger.**

✓ CONSEIL

Dans une marinade, veillez à bien respecter les quantités de sel, d'huile et de citron, voire de sucre dans certaines recettes (comme le saumon gravad lax) pour stabiliser le produit sans altérer ses qualités gustatives. Une marinade qui recouvre bien le poisson permettra de mieux le protéger. Au froid, la préparation doit être filmée ou mise dans une boîte hermétique pour éviter toute oxydation.



Une question ? Blog des Experts 'Hygiène en fiches pratiques' sur www.lhotellerie-restauration.fr



ROMY CARRÈRE



LAURENCE JAFFRÉ-LE BOUQUIN