

Poissonnerie

LE KG
12,99€



ÉLEVÉ EN FRANCE



LES 100 G

1€

CREVETTE ROSE CUITE

30 à 40 pièces au kilo. Soit 10€ le kg.

ÉLEVÉ EN ÉQUATEUR

LETON VENEZUELA HONDURAS NICARAGUA CUBA

5,49€

MOULES CUISINÉES À LA MARINIÈRE

500 g. Soit 10,98€ le kg.

ÉLABORÉ EN FRANCE



— Le meilleur de nos pros —
Fait avec amour

Savourez nos brochettes de saumon et cabillaud, disponibles en plusieurs marinades gourmandes pour varier les plaisirs. Herbes fines, épices ou notes ensaisonnées : chaque recette révèle toute la fraîcheur du poisson. Pour un résultat parfait, faites-les griller quelques minutes et servez avec des légumes de saison. Une idée simple et savoureuse pour se régaler sans effort !

Melissa
Poissonnière chez Supermarché Match



LE KG
22,99€

BROchette de saumon, cabillaud et poivrons

Marinade provençale, indienne, ail et fines herbes ou thym citron.

ÉLABORÉ EN FRANCE

FILETS DE LINGUE BLEUE AU CITRON ET HERBES ET RIZ BASMATI

2 filets de lingue bleue (150-200g chacun) • 1 citron • 2 cuillères à soupe d'huile d'olive • 1 gousse d'ail hachée • 1 cuillère à café de thym frais ou 1/2 c. à café de thym séché • 1 cuillère à café de persil frais, haché • Sel et poivre • 1 petite courgette • 1 tomate • 1/2 oignon rouge émincé • 100 ml de vin blanc sec • 120 gr de riz basmati

Marinade

Mélangez le jus de citron, l'huile d'olive, l'ail, le thym, le persil, le sel et le poivre. Marinez les filets de lingue dans ce mélange pendant 20 minutes.

Cuisson des légumes

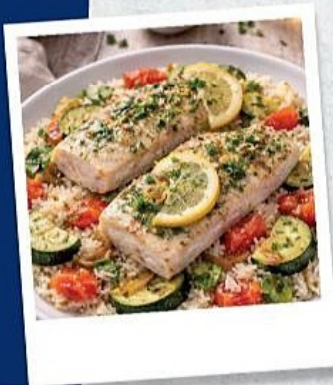
Préchauffez le four à 180°C. Coupez en rondelle et disposez courgette, tomate et oignon dans un plat. Arrosez d'huile d'olive, salez et poivrez. Cuissez 15 minutes.

Cuisson du riz

Pendant que les légumes cuisent, faites cuire le riz selon les instructions du paquet (généralement environ 10 minutes dans de l'eau bouillante salée).

Cuisson du poisson

Placez les filets de lingue sur les légumes. Ajoutez le vin blanc. Cuissez 15-20 minutes, jusqu'à ce que le poisson soit tendre.



LE KG
18,99€

FILET DE LINGUE BLEUE

PÊCHÉ EN ATLANTIQUE NORD EST



Comme les magasins disposant d'un rayon traditionnel. Rendez-vous à l'accueil de votre magasin ou sur le site www.supermarchematch.fr.

OFFRES VALABLES DU MARDI 5 AU DIMANCHE 10 MAI 2026

RETROUVEZ TOUS LES DÉTAILS DU PROGRAMME SUR WWW.MANGERBOUGER.FR