

Poissonnerie



Goûtez au savoir-faire
DE NOS PROS

Découvrez notre daurade royale à la provençale, préparée par nos pros. Avec ses légumes frais inclus : poivrons tricolores, oignons rouges et tomates, ainsi qu'une touche de citron, d'herbes de Provence et d'huile d'olive, vous allez vous régaler !

Astuce cuisson :
Ôter le couvercle et à mettre au four 30 Minutes à 200°C.

Mélissa
Poissonnière chez Supermarché Match



7,99€

DAURADE ROYALE
À LA PROVENÇALE
648 g.

Soit 12,34€ le kg.

ÉLEVÉ EN
FRANCE



Les infos nutrition de Pauline
DIÉTÉTICIENNE-NUTRITIONNISTE

Intégrez le saumon à votre alimentation : riche en oméga-3 pour le cœur et le cerveau, en vitamine D pour les os et l'immunité, il est aussi une excellente source de vitamines B pour l'énergie. Un allié savoureux pour une santé optimale !



LE KG

18,99€

PAVÉ DE SAUMON

ÉLEVÉ EN
NORVÈGE
ET/OU ISLANDE SELON ARRIVAGE



FILET DE SAUMON À LA CRÈME ET CIBOULETTE

Ingédients

- 2 filets de saumon
- 100 millilitres de crème fraîche
- 1 cuillère à soupe de ciboulette fraîche hachée
- Sel et poivre noir moulu
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive

Préparation

- Préchauffez votre four à 180°C.
- Assaisonnez les filets de saumon avec du sel et du poivre selon votre goût.
- Dans une poêle, chauffez l'huile d'olive à feu moyen.
- Placez les filets de saumon dans la poêle, côté peau vers le bas. Faites cuire pendant environ 3-4 minutes jusqu'à ce que la peau soit dorée et croustillante.
- Retournez les filets de saumon et placez-les dans un plat que vous enroulez ensuite. Faites cuire pendant environ 8-10 minutes, jusqu'à ce que le saumon soit cuit à votre goût.
- Pendant que le saumon cuit au four, préparez la sauce à la crème et à la ciboulette. Dans une petite casserole, chauffez la crème fraîche à feu doux. Ajoutez la ciboulette hachée et assaisonnez avec du sel et du poivre selon votre goût. Laissez mijoter doucement pendant quelques minutes jusqu'à ce que la sauce épaississe légèrement.
- Une fois que le saumon est cuit, retirez-le du four et disposez-le sur des assiettes de service. Versez la sauce à la crème et à la ciboulette sur le saumon chaud.



LE KG

11,99€

DAURADE
Pièce de 300 à 400g.

ÉLEVÉ EN
FRANCE



LE KG

19,99€

DOS DE CABILLAUD

PIÈCE EN
ATLANTIQUE NORD/EST
ÉLEVÉ EN
NORVÈGE



ÉLEVÉ EN
FRANCE



2,20€

CREVETTES ASC
200 g. Soit 11€ le kg.

ÉLEVÉ EN
FRANCE



7,99€

LASAGNE AU SAUMON
900 g.
Soit 8,88€ le kg.



Concerne les magasins disposant d'un rayon traditionnel. Rendez-vous à l'accueil de votre magasin ou sur le site www.supermarchematch.fr.
(1) Offre réservée aux porteurs de la carte de fidélité. Quantités limitées. Collection de 14 Super Gammes Le tour du monde en cuisine.

OFFRES VALABLES DU MARDI 16 AU DIMANCHE 21 SEPTEMBRE 2025

POUR VOTRE SANTÉ, ÉVITEZ DE GRIGNOTER ENTRE LES REPAS.