

TABLEAU CONSOMMATION DES POISSONS SUIVANT PERIODES

	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12
Bar commun	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Eviter	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Dorade grise	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Eviter	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Dorade royale	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Espadon	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Flet	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Lieu jaune	Conseillé	Eviter	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Limande	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Lingue	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Maigre	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Eviter	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Maquereau	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Merlan	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Merlu	Eviter	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Morue cabillaud	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Orphie	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Peau bleu	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Plie commune	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Raie bouclée	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Rouget	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Sole blonde	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Sole commune	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Tacaud	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Thon albacore	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Eviter	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Turbot	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé
Vieille	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé	Conseillé

Bien entendu en fonction des lieux de pêche et de températures de l'eau ça peut varier légèrement donc prudence

Conseillé

S'abstenir

Eviter

Tableau établi d'après les données de reproduction de QUERO JC, VAYNE, JJ, 1997, Les poissons de mer des pêches françaises, Identification, inventaire et répartition de 209 espèces, Ifremer, éditions Delachaux et Niestlé, 304 pp

Réalisation André Dechene

www.lepecheurresponsable.com