

SOLE

Les Viviers de Noirmoutier



SOLE (entière ou pelée)

La sole est un poisson plat appartenant à la famille des Soleidae, c'est l'un des poissons plats les plus recherchés sur les marchés.

Historiquement, la sole était considérée comme un mets de luxe et était souvent associée à des repas somptueux et des occasions spéciales dans les hautes sphères de la société.

La sole offre une saveur douce et subtile qui est souvent décrite comme délicate et légèrement sucrée. Elle peut être préparée de nombreuses façons. Elle est délicieuse grillée, pochée, cuite au four, ou même utilisée comme ingrédient principal dans des plats plus élaborés comme la sole meunière ou la sole au beurre.

Nom commun : Sole

Nom scientifique : *Solea vulgaris*

Nom commercial : Sole

Saisonnalité:

Printemps : Bonne période d'abondance

Été : Bonne période d'abondance

Automne : Bonne période d'abondance

Hiver : Grande période d'abondance

Techniques de pêche:

Filet maillant

Zone de pêche: ANE, Golfe de Gascogne 27.VIIIA

SOLE

Les Viviers de Noirmoutier



DOVER SOLE (whole or peeled)

Sole is a flatfish belonging to the Soleidae family, and is one of the most sought-after flatfish on the market. Historically, sole was considered a luxury food and was often associated with sumptuous meals and special occasions in the upper echelons of society.

Sole has a mild, subtle flavour that is often described as delicate and slightly sweet. It can be prepared in many different ways. It is delicious grilled, poached, baked, or even used as the main ingredient in more elaborate dishes such as sole meunière or sole au beurre.

Nom commun : Sole
Nom scientifique : Solea vulgaris
Nom commercial : Sole

Saisonnalité:

Printemps : Bonne période d'abondance
Été : Bonne période d'abondance
Automne : Bonne période d'abondance
Hiver : Grande période d'abondance

Fishing techniques: Gill net

Fishing area: NSA, Bay of Biscay 27.VIIIA