

Maquereau Commun

Le maquereau est un poisson au corps effilé, argenté et au dos rayé. C'est un poisson migras. Sa chair est plus grasse avant la ponte qu'après. Lorsqu'il est bien frais il est très rigide avec l'œil brillant et des reflets métalliques.

Il peut se servir grillé, fumé, farci, en papillote, au vin blanc, avec sauce moutarde...

Tout comme la sardine il se prête bien à la conserve et on en fait aussi des rillettes.

Dans certaines régions, les petits maquereaux sont appelés " lisettes " .

C'est l'un des poissons les plus riches en oméga-3, dont les effets bénéfiques sont reconnus.

Très nutritif, il fournit de bonnes quantités de vitamines D et du complexe B, de même que plusieurs minéraux tels le sélénium, le fer et l'iode.

DESCRIPTION:

Le maquereau a un corps fusiforme, profilé pour la vitesse. Ses branchies sont munies de sortes d'épines assez serrées, formant un tamis qui lui sert à filtrer l'eau pour se nourrir. Sa coloration est brillante : dos bleu-vert parcouru de petites bandes sombres, flancs aux reflets métalliques, ventre blanc. Il peut atteindre 50 cm pour un poids de 1,5 kg.



Il existe une espèce très proche. Se distingue du maquereau commun par la présence de taches sombres sur la partie ventrale.



HABITAT:

Il vit en pleine mer, près de la surface, en bancs parfois très importants. Il passe l'hiver au large, près du fond. Au printemps, il s'approche des côtes. C'est un excellent nageur qui effectue des migrations pour se reproduire.

ALIMENTATION:

Il se nourrit de crustacés planctoniques qu'il filtre grâce à ses branchies ; il nage alors la bouche ouverte. Il peut également ingérer des petits poissons de pleine eau (sprats, sardines) pendant l'été et l'automne, mais ne s'alimente pas l'hiver.

REPRODUCTION:

Elle a lieu au printemps en Irlande et en Écosse, jusqu'en juin dans le golfe de Gascogne, de décembre à mai en Méditerranée (à une température de 12°C environ). Une femelle peut pondre de 200 000 à 500 000 œufs de 1 à 1,5 mm de diamètre, qui flottent un peu en dessous de la surface. L'éclosion a lieu environ 6 jours après la ponte et donne des larves de 4 mm environ. Les jeunes se rapprochent alors des côtes.