



PROVINCE  
de NAMUR

Direction de la Santé Publique - Cellule Promotion Santé



*Léonardo di*  
**CABILLAUD**

Le cabillaud est un **poisson maigre** qui vit dans les **eaux froides**.

Avant, c'était un poisson populaire et méprisé alors qu'aujourd'hui, il est à la carte des plus grands restaurants.

Il se consomme **frais, séché** et/ou **salé**.

La morue et le cabillaud ne font qu'un : la morue est du cabillaud séché et salé.

Dans le **sud de l'Europe**, un des plats traditionnels est la **brandade de morue**.

À l'origine, ce plat a été créé car il permettait une bonne conservation du poisson lorsque l'on n'avait pas encore de frigo.



Mer de Barents  
(nord de la Norvège)



Cher



Toute l'année