

Bibliomer

Veille bibliographique et réglementaire à l'intention des acteurs de la filière produits de la mer

Bibliomer n° : 55 – Janvier 2011

Thème : 3 – Qualité Sous-thème : 3 – 2 Nutrition

Notice n° : 2011-5494

Comparaison de la composition en protéines, lipides et acides gras de l'anchois (*Engraulis encrasicolus*, L. 1758) au cours de la saison de pêche

*Comparison of protein, lipid and fatty acids composition of anchovy (*Engraulis encrasicolus*, L. 1758) during the commercial catching season*

Kaya Y. and Turan H.

* University of Sinop, Fisheries Faculty, Department of Fishing and Processing Technology, Sinop, Turkey ; Tél.: 0.368.2876254 ; Fax : 0.368.2876255 ; E-mail : yalckaya@gmail.com

Journal of Muscle Foods, 2010, 21 (3), p. 474-483 - *Texte en Anglais*

✉ à commander à : l'auteur, l'éditeur ou à l'INIST

● Référence bibliographique enrichie

En Turquie, dans la région de Sinop, l'anchois est pêché de novembre à janvier pour le marché local.

La teneur en protéines des anchois est alors de 17 %. Leur teneur en lipides diminue de 19 à 16 % entre novembre et janvier. Les teneurs en acide docosahexaénoïque (DHA) et l'acide eicosapentaénoïque (EPA) sont respectivement de 9 et 8 %. Les acides gras polyinsaturés oméga-3 de l'anchois sont plus élevés que les oméga-6, ce qui donne un rapport oméga-6/oméga-3 variant de 1/4 à 1/6 entre novembre et janvier.

La consommation d'anchois peut donc contribuer à faire baisser le rapport d'acides gras oméga-6/oméga-3. Les auteurs rappellent que la diminution de ce rapport oméga-6/oméga-3 est un facteur de réduction des risques vis-à-vis de maladies cardio-vasculaires, des maladies inflammatoires et auto-immunes.