

Bibliomer n° : 64 – Septembre 2012

Thème : 3 - Qualité

Sous-thème : 3 – 2 Nutrition

Notice n° : 2012-6113



### **Le saumon atlantique d'élevage (*Salmo salar* L.) est une bonne source d'acides gras oméga-3 à longue chaîne**

*Farmed Atlantic salmon (*Salmo salar* L.) is a good source of long chain omega-3 fatty acids*

**Jensen\* I. J., Mæhre H. K., Tømmerås S., Eilertsen K. E., Olsen R. L. and Elvevoll E. O.**

\* Norwegian College of Fishery Science, University of Tromsø, N-9037 Tromsø, Norway ; E-mail : ida-johanne.jensen@uit.no

*Nutrition Bulletin*, 2012, 37 (1), p. 25-29 - Doi : 10.1111/j.1467-3010.2011.01941.x - *Texte en Anglais*

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

#### ● **Résumé**

Les quantités limitées d'huile de poisson disponibles ont eu pour conséquence leur substitution par des huiles végétales dans l'alimentation du saumon atlantique d'élevage. La composition en acides gras (AG) de l'aliment influence fortement celle de la chair du poisson. Les changements d'alimentation du saumon d'élevage ont alors pu modifier leurs teneurs en acides gras poly-insaturés oméga 3, bénéfiques pour la santé humaine.

L'objectif de cette étude était d'évaluer l'impact de l'utilisation des huiles végétales dans les aliments commerciaux pour saumon d'élevage sur la composition en acides gras des filets, et de comparer cette composition à celle de filets de saumon atlantique sauvage pêché. Vingt saumons éviscérés des 2 origines d'un poids moyen de 3 à 4 kg ont été utilisés.

La teneur en lipides du saumon d'élevage était 2 fois plus élevée que celle du saumon sauvage (12% contre 6% respectivement). La composition en AG des filets des saumons d'élevage reflétait le fait qu'ils aient été nourris avec des huiles végétales. Même si leur teneur en oméga 3 était plus élevée que celle du saumon sauvage (1,56g/100g contre 0,95g/100g), leur concentration en AG saturés était aussi supérieure.

Le ratio oméga 6/oméga 3 du saumon d'élevage était 5 fois plus élevé que celui du saumon sauvage mais il restait inférieur à 1 (0,44 pour l'élevage et 0,08 pour le sauvage).

Une portion de 200 g de saumon d'élevage apportait approximativement 2 g d'oméga 3 à longue chaîne EPA et DHA (0,8 g d'EPA et 1,2 g de DHA) ce qui est 4 fois plus que les apports journaliers minimums conseillés (l'OMS recommande des apports de 200 à 500 mg d'EPA et DHA par jour).

La consommation de saumon d'élevage norvégien contribue donc à la diminution du ratio oméga 6/oméga 3 et à l'augmentation des apports en oméga 3 EPA & DHA.

<http://www.bibliomer.com/>

Veille bibliographique à l'intention des acteurs de la filière produits de la mer,  
élaborée dans le cadre d'un partenariat Ifremer / CITTPM