

LAITUE DE MER Thalado "lot de 5 sachets"

La Laitue de mer est une algue alimentaire aussi appelée "Persil de la mer". Quelques pincées dans une salade ou une sauce suffisent à relever un plat



Marque : Thalado Comptoir des Algues

Référence : 1505-200

Points de fidélité offerts : 28

Prix : 29.90€

Critères associés :

Algues : Algues en flocons

Laitue de Mer bretonne en paillettes

La laitue de mer, scientifiquement connue sous le nom *Ulva lactuca*, est une algue verte qui pousse dans les milieux marins. Elle est originaire des eaux côtières de diverses régions du monde, y compris les côtes de l'Atlantique et du Pacifique. La laitue de mer se distingue par ses feuilles plates et vertes qui ressemblent à des feuilles de laitue terrestre.

Cette algue est commune dans les zones peu profondes, où elle peut s'accrocher à des substrats tels que les rochers, les coquillages et les autres algues. Elle est capable de tolérer une large gamme de conditions de salinité et de lumière, ce qui lui permet de se développer dans des environnements variés.

La laitue de mer est comestible et est souvent utilisée dans la cuisine dans certaines régions du monde. Elle est riche en nutriments tels que les protéines, les fibres, les vitamines et les minéraux. Sa texture douce et croquante en fait un ingrédient polyvalent pour les salades, les soupes et les plats d'accompagnement.

En plus de son utilisation culinaire, la laitue de mer est également utilisée en aquaculture pour nourrir les poissons et les crustacés d'élevage. Elle est riche en acides aminés essentiels et en acides gras oméga-3, ce qui en fait un aliment nutritif pour les animaux marins.

Enfin, la laitue de mer joue également un rôle écologique important en tant qu'habitat et source de nourriture pour de nombreux organismes marins, tels que les oursins, les palourdes et les poissons. Elle aide également à maintenir l'équilibre des écosystèmes côtiers en absorbant les nutriments excédentaires et en réduisant les effets de l'eutrophisation.

En résumé, la laitue de mer *Ulva lactuca* est une algue verte comestible et polyvalente, utilisée à la fois dans la cuisine et l'aquaculture. Elle joue également un rôle écologique important dans les écosystèmes marins côtiers.

Récoltées et sélectionnées sur la côte Nord-Finistère, la **Laitue de mer** est aussi appelé "persil de la mer" (*Ulva* sp). C'est une algue très facile à utiliser en cuisine. Crue ou cuite quelques pincées suffiront à agrémenter vos salades, sauces, omelettes etc...

Notre Laitue de mer est conditionnée en sachet de 200 gr pour vous garantir une parfaite conservation du produit.

La Laitue de mer peut être utilisée déshydratée, ou réhydratée 15 à 30 secondes dans de l'eau froide.

Utilisation :

Crue ou cuite.

En condiment (salades de crudités, tomates persillées, sauces apéritif).

Dans vos plats chauds (omelettes, moules à la crème, potages, poissons).

Particularités :

Riche en fer.

Elle permet de bien lier vos sauces.

Conservation :

Dans leur sachet, ou dans une boîte, à l'abri de la lumière et de l'humidité.

Composition : 100% algues

Prix au Kg : 119.6 €/kg

[Lien vers la fiche du produit](#)