

de la pêche à votre assiette

m
mon épicier

garantie
**fraîcheur
traçable**

de la pêche à l'assiette

tout sur notre
**garantie
fraîcheur
traçable**

notre variété
**de poissons et
fruits de mer**

**recettes
et conseils**

découvrez notre
**collection
signature du
poissonnier**

Du jeudi 30 avril au mercredi 6 mai 2026 From Thursday to Wednesday April 30th - May 6th, 2026



**fraîcheur
garantie**

ou argent remis

+10%

ici, la fraîcheur est à son meilleur

arrivages fréquents

Plusieurs fois
par semaine
pour **garantir**
la fraîcheur.

expertise

Nos poissonniers
d'expérience
savent répondre
à vos **besoins**
et à vos **attentes**.

préparé sur place

Nos produits de la mer
sont **assaisonnés** et
farcis ici, avec des
ingrédients de **qualité**.

la garantie en 3 points

1 pratiques responsables

Nos **fournisseurs** respectent
des **pratiques** de pêche
et d'aquaculture durables.

2 traçabilité

Nous **fournissons** toute
l'**information** de traçabilité sur
les **étiquettes** de nos produits.

3 provenance

Nous **choisissons** la **provenance**
de nos produits **avec soin**.



garantie
**fraîcheur
traçable**
de la pêche à l'assiette

pour en apprendre plus sur notre politique
de pêche et d'aquaculture durables

cliquez
ici

pour plus d'information sur la traçabilité
de nos poissons et fruits de mer

cliquez
ici

nos poissons



découvrez notre belle variété de produits en magasin et en ligne!



filet de morue

darne de flétan

filet de sébaste

filet de saumon

darne de thon

filet de truite

filet de doré canadien

nos mollusques



moules

palourdes

macre de Stimpson

nos crustacés



homard vivant

section de crabe

crevettes nordiques



pour connaître les meilleures techniques de cuisson du poisson



filet de truite rôti avec salade de concombres, goberge et avocats



FORMAT
ÉCONOMIQUE

9⁹⁹
/lb

filets de truite frais
sans arêtes, format économique
fresh trout fillets, economic pack
22,02 kg
rép. 17,30/lb - 25,00/kg



AVOCATS
importés du Mexique
Kona du Pérou, D'Or
avocats
rép. 1,39

4⁹⁹

6
unités



mini concombres

small cucumbers, 1 lb

mini cucumbers

mini cucumbers

3⁴⁹

produit
D'ICI



huile d'olive
Selection
1 L, clické vert
Selection olive oil

12⁹⁹

consultez
la recette

cliquez
ici

filets de sébaste

filets de sébaste
without bones
economic pack

19,82 kg

rép. 17,30/lb - 25,00/kg

FORMAT
ÉCONOMIQUE

8⁹⁹
/lb



bouillon

Mieux-être

with extra herbs

1.9 L (66.7 oz)

rép. 4,41

3⁹⁹



BOUILLON DE
LÉGUMES

BOUILLON DE
LÉGUMES

sébaste façon pot-au-feu



consultez
la recette

cliquez
ici



collection

**signature du
poissonnier**

metro

metro vous offre,
avec cette **nouvelle collection**,
un accès privilégié à des produits
de la mer **soigneusement**
sélectionnés, pour une expérience
digne des meilleures tables

**ce qui définit un produit
haut de gamme**

Rareté de l'origine, précision de la coupe,
traitement rigoureux et qualité gustative
supérieure : des critères qui distinguent
des produits nobles et d'exception.

**des origines reconnues
mondialement**

Issus de zones de pêche réputées comme
l'Islande (morue, aiglefin) et la Norvège (saumon),
ces produits sont valorisés pour la pureté de leurs
eaux et leur qualité remarquable.

**un prestige confirmé par
la haute gastronomie**

Choisis par des chefs et restaurants
renommés, ils se distinguent par leur finesse
et leur goût distinctif — un véritable
gage de qualité.



collection
**signature du
poissonnier**
metro

découvrez notre **collection d'exception** soigneusement
sélectionnée par nos **experts poissonniers**



filet de saumon
frais norvégien
Fresh Norwegian salmon filet



filet d'aiglefin
d'Islande frais
Fresh Atlantic halibut fillet



longe de morue
d'Islande fraîche
Fresh Icelandic cod loin

10%
de rabais
sur les filets de la
collection Signature
du poissonnier

125 valeur
points de 1\$

crevettes tigrées
noirées
Cruet, bœufs à pain,
3,12 lb/1,41 kg
sans alcool, 100% naturel
reg. 1,89 lb



249
en

pattes de pieuvre
cuites
octopus legs



799
le 100 g



produit
d'ici

gras
pétoncle

999
le 100 g

pétoncles des
îles-de-la-Madeleine
100% naturels, 10-20 an. 10
Malgosier Island scallops
45,31 lb
reg. 47,96 lb - 107,86 kg

grenade
importée du Pérou
extra de l'index,
9 lb
pomegranate



ceviche de pétoncle
au jus de pomme grenade



coriandre
importée du Mexique
ciboleto
reg. 2,40

199

croustilles
tortilla
Que Pasa
17,9-20,9 g, sazon
salsa 4,25 lb,
chips sazon
Que Pasa
tortilla chips
reg. de 5,69 à 6,99

449



consultez
la recette

cliquez
ici