

de la pêche à votre assiette

m
mon épicier



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 **23 avril** au mercredi **29 avril 2026** From Thursday to Wednesday April 23rd - April 29th, 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

mactre de Stimpson

nos crustacés

produit d'ici

homard vivant

section de crabe

crevettes nordiques

garantie fraîcheur traçable de la pêche à l'assiette

pour connaître les meilleures techniques de cuisson du poisson

[cliquez ici](#)

filet de truite rôti

avec salade de concombres, goberge et avocats



— FORMAT —
ÉCONOMIQUE

16⁹⁹
/lb

filets de truite frais
sans arêtes, format économique
fresh trout fillets, economic pack
37,46/kg
reg. 17,99/lb - 39,66/kg

BIO au même
prix 3 un.



avocats
importés du Mexique
et/ou du Pérou,
sac 5 un.
avocados
reg. 5,99

4⁹⁹

5
unités



mini concombres
produit du Québec, 6 un.
mini cucumbers
reg. 4,99

1⁹⁹

mini concombres
mini cucumbers

produit
D'ICI

huile d'olive
Selection
1 L, choix varié
Selection olive oil



12⁹⁹

consultez
la recette

cliquez
ici

filets de sébaste
format économique
rockfish fillets,
economic pack
19,82/kg
reg. 11,99/lb - 26,43/kg

— FORMAT —
ÉCONOMIQUE

8⁹⁹
/lb



sébaste façon pot-au-feu



bouillon
Mieux-être
946 ml, choix varié
Life Smart broth
reg. 4,49

3⁹⁹



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 fillet

**crevettes tigrées
noires**
cruës, faciles à peler,
8-12 un./lb
raw black tiger shrimp
reg. 3,49 ch.

249
ch.



**filet d'aiglefin
d'Islande frais**
fresh Icelandic haddock fillet

**longe de morue
d'Islande fraîche**
fresh Icelandic cod loin

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

125
points **valeur
de 1\$**

pattes de pieuvre
cuites
octopus legs
36,24/lb
reg. 42,99/lb - 94,78/kg

799
le 100 g



**gros
pétoncle**

**produit
D'ICI**

999
le 100 g
**pétoncles des
Îles-de-la-Madeleine**
non-cuits, 10-20 un./lb
Magdalen Islands scallops
45,31/lb
reg. 47,99/lb - 105,80/kg



grenade
importée du Pérou
et/ou de l'Inde,
gr 10
pomegranate



coriandre
importée du Mexique
cilantro

**croustilles
tortilla
Que Pasa**
170-350 g, sauce
salsa 420 ml,
choix varié
Que Pasa
tortilla chips
reg. de 5,49 à 6,99

449



**ceviche de pétoncle
au jus de pomme grenade**

consultez
la recette

**cliquez
ici**