

GRIET

Scophthalmus rhombus

FR: barbue
UK: brill
DE: Glattbutt
Lokaal: grietbot

Beenvissen, orde van de platvissen en familie van de tarbotten

Voedingswaarde per 100 g
79 kcal – 0,7 g vetten – 17,0 g eiwitten



LEEFGEBIED

Noordoost-Atlantische Oceaan (Noord- Noorwegen tot Marokko), ook in Middellandse en Zwarte Zee.

BESCHRIJVING

Volwassen vissen hebben een lengte van 33–41 cm. Griet kan tot 75 cm lang worden.

Griet is net zoals tarbot en scharretong een platvis die de beide ogen op de linkerzijde van het lichaam heeft staan (typisch voor de tarbotfamilie). Het zijn meesters in het camoufleren: ze nemen de kleur aan van het omringende milieu. Griet lijkt goed op de tarbot, maar is eerder ovaal van vorm en heeft in tegenstelling tot tarbot wél schubben en geen onderhuidse benige knobbeltjes op de grijsbruin gekleurde zijde.

 Extra info: www.zeevruchtengids.org/nl/griet

CULINAIR

Met griet kunnen dezelfde bereidingen worden toegepast als met tarbot. Structuur en smaak van het visvlees is sterk gelijkend. Griet heeft op de rugzijde opvallend meer visvlees dan de op de buikzijde. Een gefileerde griet levert m.a.w. altijd twee lichte buikfilets en twee dubbel zo zware rugfilets op. Griet komt goed tot zijn recht gebakken op de graat, gegrild en in de oven.

 Recepten: www.visvanbijons.be

BESTE AANKOOPPERIODE

De beste tong koop je van juli tot en met januari.

BELGISCHE VISSERIJ OP GRIET

VANGSTGEBIEDEN

Belgische vissers landen gemiddeld 325 ton griet aan per jaar.

Voor informatie over de vangstgebieden kan je de website van het VLIZ raadplegen via onderstaande link en klik door naar de gewenste vissoort.



Info: www.vliz.be/nl/multimedia/onze-kust?album=4831

VANGSTMETHODES

Bijvangst bij de visserij op tong en pladijs met de boomkor (~88%) en het bodembordennet (~6%). Bij de visserij op langoustines is er ook belangrijke bijvangst van griet (~5%).

MINIMUM AANVOERLENGTE

30 cm