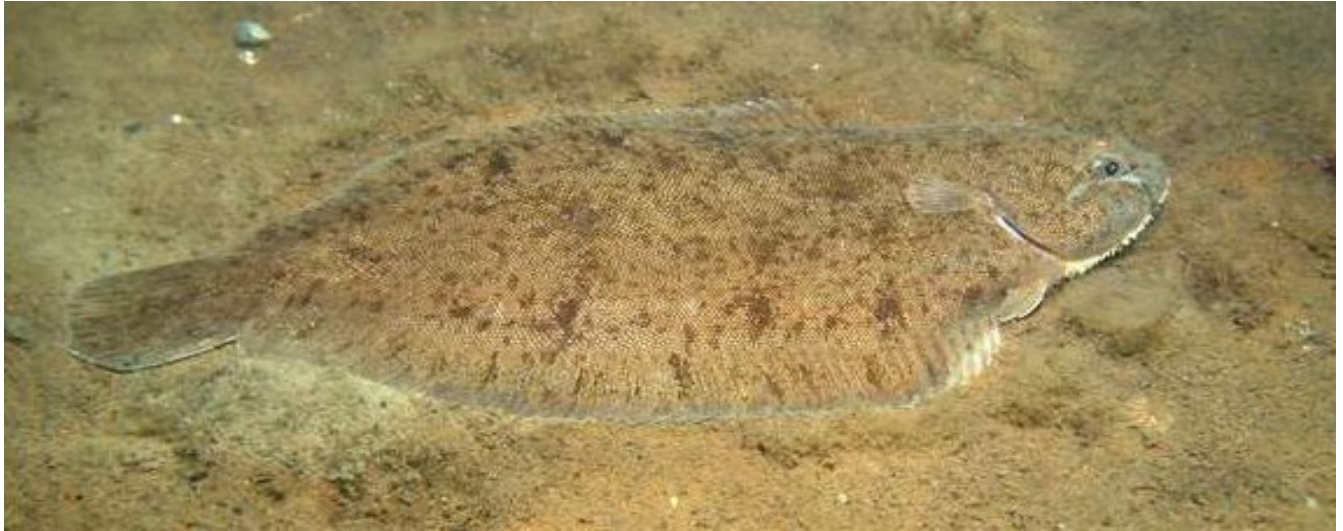


LA SOLE COMMUNE

(SOLEA SOLEA)



CARACTERISTIQUES :

Famille : Soléidés

Synonymes : Langue de mer, semelle, sandale, serpillière.

Longévité : 27 ans pour les femelles et 24 ans pour les mâles.

Distribution : façade Atlantique, de la Norvège au Maroc, moins commune en Méditerranée.

Habitat : La sole vit surtout sur les fonds sableux de 1 à 100m (maxi 200m). L'automne, elle migre plus au large.

Nourriture : Elle s'active la nuit et recherche avec son odorat de petits crabes, vers, petits poissons benthiques et petits coquillages à valves minces.

Taille : taille moyenne adulte entre 25 et 40cm et 350g à 1kg. (certaines soles arrivent à 60-70cm pour 3 Kg)

Comportement : D'un naturel très discret le jour, elle est difficile à repérer par son mimétisme et du fait qu'elle se recouvre d'une pellicule de sable.

Importance économique : La sole est un poisson hautement commercial, très prisé des consommateurs et dont le prix est élevé. Sa chair délicate est très renommée. La taille légale de capture en Manche est de 24cm (c'est-à-dire immature!...). La demande étant forte, un marché de l'importation s'est développé mais les cousines tropicales sont nettement plus fades.



Quand j'vous dis qu'elle est discrète



C'est pourquoi ?... Vous voyez pas qu'elle dors durant la journée !

CROISSANCE et REPRODUCTION :

Dès la fin de l'hiver, les soles se rapprochent des côtes et de leurs zones de reproduction. Le frai a lieu de février à avril dans la Manche (d'avril à juin en Mer du Nord). En Manche, la taille de maturité sexuelle est de 28cm pour les femelles et 23-24cm pour les mâles. Elle se produit à partir de 3 à 5 ans suivant les régions. Madame sole pond de 100 000 à 130 000 œufs. La migration de l'œil du flanc gauche vers le flanc droit et les autres adaptations à la vie benthique commencent quand la larve atteint 12 à 15mm au 2^e mois, la sole est donc une espèce dextre.



Et vous trouvez ça drôle ?!



DESCRIPTION :

Le corps aplati et ovale de la sole est couvert de fines écailles. Sa couleur gris-brun est parsemée de taches irrégulières sombres et claires. De longues nageoires dorsale et anale bordent presque tout le pourtour du corps et rejoignent la nageoire caudale arrondie. Sa tête est arrondie avec de petits yeux et une bouche en virgule. Une particularité de la sole, l'avant de la tête est bordée de petites barbilles. L'extrémité de la nageoire pectorale supérieure est noire. La face ventrale est blanche.

La sole pole (aussi appelée pelouse) est une proche cousine de la sole commune mais elle est plus rare, on la distingue par l'absence du liseré de barbilles et une tache noire ronde au milieu nageoire pectorale. Sa taille va de 20 à 35cm.

SOLE COMMUNE

