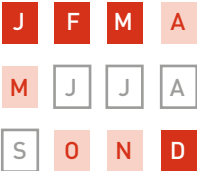


C'EST LA SAISON !



COMMUNIQUÉ | JUILLET 2015

COQUILLE SAINT-JACQUES DE NORMANDIE

Un art de vivre à adopter sans modération !

Il semble que la saison de la coquille Saint-Jacques en Normandie s'annonce généreuse... que la ressource dans les eaux normandes soit belle et abondante ... ! Donc ... Nous ne saurions trop vous conseiller de la consommer dès son arrivée sur les étals !

La pêche débute avec les premiers jours d'octobre ? Allez-y ! À cette époque, elle est peu chère, vraiment meilleur marché qu'à l'approche des fêtes de fin d'année !

Bon marché... Si facile à préparer... Pourquoi se priver ?

Effervescence dans les ports !

Dès la fin septembre, vous observerez une animation toute particulière dans les ports de pêche normands. Port en Bessin, Grandcamp-Maisy mais aussi Granville, Cherbourg, Barfleur, Saint-Vaast-la-Hougue, Dieppe ... Tout comme nous, gourmands alléchés, les patrons pêcheurs piaffent ! Ils troquent chaluts contre dragues : ils préparent les bateaux à la coquille Saint-Jacques, pour être fin prêts dès que le feu vert sera donné : **le 2 octobre !**

Et dès que la pêche aura ouvert, le ballet débutera. Un ballet de départs au petit matin et de retours en pleine nuit. Les mouvements d'entrée / sortie dépendent bien entendu de l'heure des marées mais en cette période de début de saison, seule la zone extérieure (à plus de 20 milles des côtes) est ouverte : il faut donc quelques heures pour la rejoindre, faire sa pêche et revenir.

Un retour au port, c'est magnifique et puissant ! Quelques dizaines de bateaux en cohorte... parfois dans le roulis des vagues, tous feux allumés ... et puis la débarque sur le quai... Des bacs de superbes coquilles bien rangées à plat, qui clapent de fraîcheur et promettent de délicieuses agapes...

... Une idée d'échappée d'automne en Normandie ? Voir plus loin une proposition de carnet de route ...



Un rappel !... La coquille Saint-Jacques de Normandie... Elle est première et médaillée !

Près de **15.000** tonnes de coquille Saint-Jacques sont débarquées chaque année en Normandie. **15.000** sur les **25.000** tonnes pêchées en France.

Première en quantité, la coquille Saint-Jacques de Normandie l'est également en qualité puisqu'elle peut afficher fièrement deux Label Rouge : **le 1er, pour la coquille fraîche et entière, obtenu en 2002. Le second, pour la noix de coquille Saint-Jacques fraîche, obtenu en 2009.**



Très encadrée afin de protéger la ressource, la pêche à la coquille Saint-Jacques fait - de façon générale sur l'ensemble de la zone de pêche normande - l'objet de réglementations très strictes, réglementations qui se renforcent encore pour la zone reine : la Baie de Seine. la Baie de Seine ouvre deux mois plus tard, c'est-à-dire dans les premiers jours de décembre. C'est-là que l'on trouvera les belles des belles, dont les noix diaphanes et charnues, ornées d'un beau corail orangé, affichent des taux de remplissage très gourmands... Pas moins d'1 kg de noix pour 6,5 kg de coquilles Saint-Jacques !

Un rappel ! ... Demandez l'originale : demandez la pecten maximus !

Dans le cadre des accords de l'OMC*, les pays producteurs de gros pétoncles ont obtenu que tous les pectinidés - à partir du moment où ils sont transformés - puissent être identifiés par le terme « scallop » : « Saint-Jacques » en Français... Tant et si bien que l'on peut trouver des pétoncles, vendus dans les valves creuses de coquilles Saint-Jacques sous la dénomination, « Saint-Jacques »... Un abus ... Un détournement de notoriété ... C'est d'ailleurs cette décision internationale qui, il y a une dizaine d'années, a motivé les pêcheurs normands et Normandie Fraîcheur Mer** à s'organiser, à travailler les pratiques de pêche, à mettre en place un cahier des charges pour obtenir un Label Rouge et distinguer ainsi « la vraie coquille Saint-Jacques » !

Soyez donc vigilant lors de l'achat de plats préparés, en supermarché comme au restaurant ... et demandez l'originale ! **Il n'y a de véritable coquille Saint-Jacques que « Pecten Maximus » !**

La coquille Saint-Jacques de Normandie, deux Label Rouge pour une coquille canon !

La coquille Saint-Jacques de Normandie est le premier produit sauvage et non transformé à avoir obtenu le Label Rouge...

La coquille Saint-Jacques de Normandie fraîche et entière Label Rouge est

- Une Pecten maximus (!)
- Pêchée en Manche Est
- Prélèvement à maturité (taille supérieure ou égale à 11 cm)
- Propre et intègre (pas de coquille ébréchée ou cassée)
- Elle est fraîche et bien vivante, vendue au consommateur 48 heures maxi après être sortie de l'eau,
- Coraillée, elle offre une noix généreuse : superbe rendement de 1 kg de noix pour 6,5 kg de coquilles
- Elle est tracée : suivie du bateau à l'étal - en passant pas la criée - par une étiquette numérotée qui indique le nom du bateau et la date de pêche !


Elle correspond très précisément au profil de la coquille Saint-Jacques pêchée en Baie de Seine : elle sera donc un peu plus tard sur les étals... les premiers jours de décembre.



★ Organisation Mondiale du Commerce (OMC)

★ ★ Normandie Fraîcheur Mer (NFM)

Créé en 1998, Normandie Fraîcheur Mer (NFM) est un groupement de marins-pêcheurs, criées et mareyeurs de Basse-Normandie qui a pour objectif de valoriser les produits de la pêche de Normandie. Avec plus de 300 adhérents volontaires, NFM agit pour améliorer la qualité et la traçabilité des produits de la pêche, au travers d'actions de conseil, d'assistance et de formation des professionnels, la mise en place et le contrôle de chartes qualité et l'obtention de signe officiels de qualité et d'origine (Label rouge et Indication géographique protégée). NFM est à l'origine des élastiques « MSC - Cotentin Jersey » qui permettent depuis 2013 d'identifier les homards de la pêche anglo-normande certifiée « Pêche durable MSC ». Par ailleurs, NFM apporte une assistance technique au CRPM de Basse-Normandie, pour son programme de labellisation MSC des principales pêcheries régionales, convaincu que qualité et durabilité sont indissociables d'une bonne préservation des ressources. Plus d'informations sur <http://www.nfm.fr>



À la découverte de l'irrésistible coquille Saint-Jacques de Normandie...

CARNET DE ROUTE

ÉCHAPPÉE NOIX ET CORAIL EN NORMANDIE ...

RENDEZ-VOUS



Si la coquille Saint-Jacques de Normandie rencontre ses amateurs aux quatre coins de la France, elle se fête avec enthousiasme et convivialité dans les principaux ports de la région, et ce, dès le début de la saison : à Villers sur Mer, Port-en-Bessin, Ouistreham et Grandcamp-Maisy ... L'occasion de se retrouver autour de ce précieux coquillage pour découvrir le monde de la pêche ... et celui de la cuisine !

À ce titre d'ailleurs nous vous proposons de vous intéresser tout particulièrement au festival « Le Goût du Large », la Fête de la coquille Saint-Jacques à Port-en Bessin. **Sa 12^e édition aura lieu les samedi 14 et dimanche 15 novembre 2015.** Elle accueille chaque année près de 50 000 visiteurs et combine vente di-

recte par les pêcheurs sous la criée, shows culinaires et cours de cuisine, dégustations avec les femmes de pêcheurs... Tout cela en musique ! ... Avec un festival : «Musique sous les embruns» qui programme des groupes venus d'Irlande, du Danemark, d'Espagne, du Portugal et de Normandie !

EN SAVOIR PLUS...

Le Centre culturel de Port-en-Bessin
Tél. 02 31 21 92 33
www.portenbessin-huppain.com

 <https://www.facebook.com/pages/Fête-Le-Goût-du-Large-Port-en-Bessin>

 <https://www.facebook.com/musique.sous.les.embruns.portenbessin2014>

POUR SE LOGER...



Les Filles du Bord de Mer : un retour aux sources réussi !

Depuis, qu'elles ont posé leurs valises en 2009 à Port-en-Bessin, Astrid et Laurence, deux parisiennes d'adoption, originaires de Bayeux et de Rouen en quête de renouveau et de bord de mer, n'ont cessé de rénover d'anciennes maisons de pêcheurs. Aujourd'hui, elles sont les heureuses propriétaires de 4 maisons et 4 appartements idéalement placés pour vivre au rythme des bateaux. Pensés pour tous les styles et pour toutes les bourses, leurs gîtes peuvent aussi bien accueillir des tribus à la semaine que des couples venus passer le week-end... En plus d'être d'excellentes décoratrices, Astrid et Laurence veillent aussi à soigner les papilles de leurs hôtes ! Epicuriennes dans l'âme, elles proposent chaque fin d'année - alors que la campagne de pêche bat son plein des week-end thématiques comprenant des cours de cuisine autour... devinez quoi... de la divine coquille Saint-Jacques de Normandie !

www.lesfillesduborddemer.com

DEPUIS LE TEMPS QU'ON EN PARLE ...
ET SI ON PASSAIT EN CUISINE !
DES COQUILLE SAINT-JACQUES DE NORMANDIE,
DES CHEFS ET AUTEURS CULINAIRES NOUS LIVRENT
DE SAVOUREUSES IDÉES...

Bio

Ragout de coquille Saint-Jacques Label Rouge de Normandie aux haricots blancs & oignons rouges



Ingrédients (Pour 4 personnes) :

- 1 kg de haricots blancs
- 2 oignons rouges, 1 oignon jaune
- 12 coquilles Saint-Jacques Label Rouge de Normandie
- 4 tomates
- ciboulette, ail 2 têtes, sel & sucre & poivre, piment frais, laurier,
- 5 cl d'huile olive, 50 gr de beurre
- Chorizo de porc de Bayeux (facultatif) 12 rondelles fines

Déroulé

1. Ecosser les haricots. Les cuire départ eau froide en les couvrant à hauteur, avec la feuille de laurier, l'oignon jaune pelé et coupé en quatre et une gousse d'ail écrasé. Porter à ébullition et cuire à frémissement jusqu'à ce que les haricots soient tendres mais pas trop. Oter du feu. Saler, poivrer et ajouter un filet d'huile d'olive.
2. Peler les oignons rouges et les couper en quartiers, badigeonner d'huile d'olive. Les placer sur une plaque recouverte d'un papier sulfurisé et faire colorer dans le four à 180°.
3. Couper les tomates en deux. Les placer dans un plat allant au four face coupée contre le plat. Les assaisonner d'huile d'olive et d'ail écrasé. Saler. Ajouter une pointe de sucre et 10 cl d'eau de cuisson des haricots. Griller à four chaud 200° jusqu'à ce que la peau se frippe et se détache de la chair. Laisser refroidir avant d'ôter la peau. Couper les demi-tomates ainsi mondées en trois et récupérer le jus de cuisson.
4. Ciseler la ciboulette et le piment frais.
5. Saisir les noix préalablement prélevées de leur coquille, rincées sous un filet d'eau froide et tamponnées avec un torchon propre, dans une poêle bien chaude avec un filet d'huile d'olive et le beurre. Les retourner après 30 secondes pour les colorer de l'autre côté. Cuire 30 secondes sur la deuxième face à feu vif puis ôter du feu et laisser la chaleur pénétrer légèrement hors du feu pendant 1 à 2 minutes. Saler, piment d'espeleter, cibouleter.
6. Réchauffer doucement les haricots dans le liquide de cuisson, les oignons et les tomates au four. Dresser le tout harmonieusement dans une assiette creuse avec le jus de cuisson des tomates et le chorizo éventuellement.



Caroline Vignaud,
Le Goût Sauvage à Saint Lô
legoutsauvage.typepad.com

© Le Goût Sauvage

« J'aime conserver le corail lorsque je cuisine... Il permet de marquer les contrastes entre les textures et les couleurs dans l'assiette... Et puis, la coquille est naturellement corallée, je prends donc ce que la nature me propose..»

À l'apéro

Tarama au corail de coquille Saint- Jacques Label Rouge de Normandie



Ingrédients (Pour 4 personnes) :
Préparation 15 min - Cuisson 10 min

- 6 coraux de coquilles Saint-Jacques Label Rouge de Normandie (80 g env.)
- 100 g d'oeufs de cabillaud fumés
- 50 g de pain rassis
- 10 cl de lait
- 12 cl d'huile de tournesol
- 1 filet de jus de citron
- sel, poivre du moulin
- ciboulette
- blinis (facultatif)

Déroulé

1. Ôter la croûte du pain, le couper en morceaux et le faire tremper dans le lait pendant 15 min.
2. Porter une petite casserole remplie d'eau à légère ébullition, saler et faire pocher les coraux de saint-jacques pendant 30 sec. Les retirer de la casserole et les passer sous l'eau froide. Lorsqu'ils sont froids, les mixer avec un petit robot. Réserver.
3. Retirer les oeufs de cabillaud de leur poche. Les mixer également. Essorer la mie de pain en la pressant. Ajouter le pain essoré aux oeufs de cabillaud. Mixer l'ensemble jusqu'à obtenir une crème lisse.
4. Transvaser l'ensemble dans un saladier, ajouter les coraux de coquille Saint-Jacques et mélanger soigneusement. Verser alors petit à petit l'huile en filet, en fouettant avec un batteur comme pour une mayonnaise. Poivrer et ajouter le jus de citron, goûter et resaler si nécessaire.
5. Réserver au frais pendant 1 heure. Server avec des blinis ou du pain grillé et parsemer de ciboulette finement ciselée.



par Julie Soucail

auteur et styliste culinaire

© J. Charles / Normandie Fraîcheur Mer

Au coin du feu

Coquille Saint-Jacques Label Rouge de Normandie poêlées au pain d'épices et endives braisées au miel



Ingrédients (Pour 4 personnes) :

- 12 coquilles Saint-Jacques Label Rouge de Normandie avec leur corail
- 6 petites endives
- 35 g de bon pain d'épices
- 50 g de beurre
- 1 filet d'huile de tournesol
- 1 cuillerée à soupe de miel liquide
- Fleur de sel
- Poivre du moulin

Déroulé

1. Couper les tranches de pain d'épices en cubes, les faire griller 4 minutes sous le grill en les retournant à mi-cuisson. Laisser complètement refroidir les cubes puis les mixer finement pour obtenir une chapelure.
2. Rincer et sécher les endives, retirer les feuilles abimées. Couper-les en 2 dans le sens de la longueur. Faire fondre 30 g de beurre dans une sauteuse, avec un filet d'huile et les faire dorer.
3. Saler, poivrer, ajouter 10 cl d'eau et le miel. Laisser cuire à petit feu et à couvert pendant une vingtaine de minutes jusqu'à ce que les endives soient tendres. Les retourner délicatement de temps en temps en cours de cuisson. Retirer le couvercle, augmenter la flamme et les faites caraméliser. Couvrir et maintenir au chaud.
4. Rincer et éponger soigneusement les coquilles Saint-Jacques.
5. Faire chauffer le reste de beurre dans une poêle, ajouter la chapelure de pain d'épices, mélanger. Saisir les coquilles Saint-Jacques dans ce mélange pendant 1 min 30 de chaque côté. Saler à la fleur de sel et poivrer.
6. Répartir les endives puis les coquilles Saint-Jacques dans 4 assiettes, les arroser de jus de cuisson. Server chaud.



par Julie Soucail

auteur et styliste culinaire

© J. Charles / Normandie Fraîcheur Mer

Gastro

Beignet de Corail de Saint jacques Label Rouge

les noix snackées, coulis
d'oignons rouge, vinaigrette
anisée, cerfeuil et capucine
tubéreuse



Ingrédients (Pour 4 personnes) :

- 16 noix de coquille Saint-Jacques Label Rouge de Normandie
- 400g oignons rouge
- QS de vin rouge
- 50g de vinaigrette
- 12 feuilles d'estragon
- 3 étoiles de badiane
- 8 panais
- 100g de crème liquide fermière
- 100g d'eau
- 1 œuf
- chapelure de pain de campagne (pain de campagne séché et mixé)
- feuilles de mâche

Déroulé

1. Séparer les noix du corail, mixer 100g de corail avec la crème et l'eau, saler et mouler dans des moules en 1/2 sphère puis congeler. Quand les 1/2 sphères sont congelées, les assembler afin d'obtenir des sphères. Les passer successivement dans la farine, l'œuf battu et la chapelure de pain de campagne. Réserver au congélateur.
2. Eplucher et émincer les oignons rouges, les faire suer au beurre et mouiller progressivement avec le vin rouge jusqu'à la fin de la cuisson. Mixer et assaisonner afin d'obtenir une purée assez liquide. Réserver.
3. Eplucher et tailler en quatre les panais. Les cuire à l'eau bouillante salée.
4. Tiédir la vinaigrette et y faire infuser les étoiles de badiane et les feuilles d'estragon hachées.
5. Saler et snacker les noix de coquille Saint-Jacques avec un peu de beurre sur la plancha, 1 minute de chaque face pas plus. Colorer aussi les cerfeuil tubéreux.
6. Plonger les beignets de corail dans un bain de friture à 160°C, jusqu'à l'obtention d'une belle coloration.
7. Chauffer le coulis d'oignons rouge. Déposer une larme de coulis sur assiette chaude, et disposer dessus le beignet. Dresser les noix sur lesquelles vous mettez de la racine de capucine râpée, puis les cerfeuil et les fleurs et feuilles de mizuna. Pour finir, arroser de vinaigrette anisée.



par Nicolas Fages
Etoilé Michelin,
**Château de Sully
à Bayeux**
chateau-de-sully.com
© Château de Sully

Bio

Ravioles de coquilles Saint-Jacques Label Rouge de Normandie au beurre blanc et citron

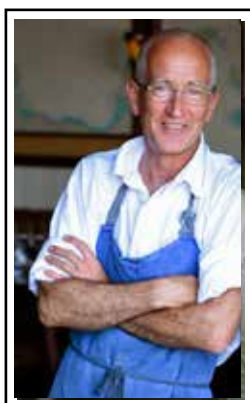


Ingrédients (Pour 4 personnes) :

- 12 coquilles Saint-Jacques Label rouge de Normandie
- 12 carrés de pâtes à ravioli (disponible en épicerie asiatique)
- 1 oignon
- sel, poivre
- 1/2 verre d'eau
- 150 grs de beurre
- Jus de citron
- Quelques feuilles de cerfeuil ou de ciboulette pour le décor

Déroulé

1. Couper en petits dés (3mm) les noix et leur corail.
Hacher de même un oignon. Mélanger le tout, saler et poivrer.
2. Façonner les raviolis avec le mélange (Prélever une cuillerée à café pour chaque raviole) puis les cuire 3 minutes à la vapeur après ébullition.
(Utiliser un cuit-vapeur ou un couscoussier).
3. Parallèlement, préparer un beurre battu : dans un peu d'eau portée à ébullition avec un jus de citron, incorporer 150 gr de beurre en morceaux sorti du réfrigérateur (le contact eau chaude / beurre froid créera une émulsion)
4. « Rouler » les ravioles dans le beurre battu,
5. Servir les ravioles dans une assiette creuse
ou dans les coquilles ébouillantées et y ajouter quelques feuilles de cerfeuil ou de ciboulette pour la décoration.



par Michel Briens,
La Satrouille à Cherbourg
lasatrouille.fr/
© La Satrouille

Exotique

Coquille Saint-Jacques Label Rouge de Normandie au lait de coco façon thaïe



Ingrédients (Pour 4 personnes) :

- 12 coquilles Saint-Jacques Label Rouge de Normandie avec leur corail
- 1 petite échalote
- 1 cuil. à soupe d'huile (+1 filet)
- 20 cl de lait de coco
- 10 cl de bouillon de volaille
- 1/2 cuil. à café de pâte de curry rouge
- 3 cuil. à café de sauce soja
- 1 cuil. à soupe de jus de citron vert
- 4 brins de coriandre

Déroulé

1. Éplucher et émincer l'échalote. Effeuillez et ciselez la coriandre.
2. Rincer et éponger soigneusement les coquilles Saint-Jacques.
3. Verser un filet d'huile dans une casserole. Ajoutez le lait de coco, le bouillon de volaille, la pâte de curry rouge et la sauce soja. Fouetter l'ensemble jusqu'à ce que le mélange soit lisse.
4. Porter le mélange jusqu'à frémissements et laisser-le chauffer ainsi doucement pendant 2 minutes. Couvrir la casserole et maintenir au chaud.
5. Faire chauffer une poêle avec 1 cuillerée à soupe d'huile. Lorsqu'elle est bien chaude, poêler les coquilles Saint-Jacques 1 min 30 de chaque côté. Retirer de la poêle et réserver au chaud.
6. Mixer la sauce à puissance maximale pour obtenir une émulsion légère. Ajouter le jus de citron vert.
7. Dresser les coquilles Saint-Jacques dans 4 assiettes creuses, répartir l'émulsion, parsemer de feuilles de coriandre ciselée. Server chaud.



par Julie Soucail

auteur et styliste culinaire

© J. Charles / Normandie Fraîcheur Mer

Exotique

Papillote de coquilles Saint-Jacques Label Rouge de Normandie au soja



Ingrédients (Pour 4 personnes) :

- 20 noix de coquilles Saint-Jacques Label Rouge de Normandie
- 2 cuillères à soupe d'huile de sésame
- 2 cuillères à café de nuoc-mam
- 1 cuillère à soupe de fèves de soja salées (disponible en épicerie asiatique)
- 4 tiges d'oignons nouveaux
- 1 morceau de gingembre de 5 cm de long environ
- 2 gousses d'ail
- 1/2 botte de ciboulette ciselée



par Piment Oiseau
**auteur, styliste culinaire
et blogueuse**

© Normandie Fraîcheur Mer

Déroulé

1. Rincer les noix de coquille Saint-Jacques à l'eau claire et les éponger avec du papier absorbant.
2. Les disposer dans un saladier avec l'huile de sésame, le nuoc-mam, le gingembre râpé et l'ail écrasé. Mélanger couvrir et laisser mariner pendant au moins 30 minutes au frais.
3. Au bout de ce temps, ajouter les fèves de soja salées et les oignons nouveaux coupés en tronçons. Mélanger.
4. Etaler une grande feuille de papier sulfurisé et déposer au centre les noix de coquilles Saint-Jacques.
5. Rabattre les bords vers le centre et former une grande papillote. Faire cuire à la vapeur pendant 12 minutes. Servir bien chaud.