



nfm
NORMANDIE
FRAICHEUR MER
Pour une pêche responsable



Préserver les richesses de la mer,
et les faire découvrir !

Coquille Saint-Jacques à la dieppoise




PAVILLON FRANCE

La marque des produits
de la pêche française

Coquille Saint-Jacques à la dieppoise

Recette à préparer en 40 minutes

Difficulté :

Budget : Moyen

Ingrédients pour 4 pers. :

12 coquilles Saint-Jacques de Normandie
1 l de moules
150 g de crevettes roses décortiquées
150 g de champignons de Paris
1 échalote
le jus d'un citron
30 cl de fumet de poisson
30 cl de crème fraîche d'Isigny
120 g de beurre d'Isigny
10 cl de vin blanc sec
sel et poivre blanc

Préparation :

Décortiquer les Saint-Jacques, émincer l'échalote et ciseler la coriandre.

Cuire les moules à feu vif avec le vin, l'échalote émincée et 1 pincée de poivre. Les retirer une fois ouvertes, les décortiquer et filtrer le jus de cuisson.

Couper les champignons en lamelles, les faire suer 10 min à couvert dans une petite casserole avec la moitié du jus de citron et 20 g de beurre. Les égoutter.

Mélanger le jus de cuisson des champignons, 20 cl du jus de cuisson des moules et le fumet de poisson. Y plonger les noix de St-Jacques, porter à frémissement pendant 3 minutes puis les égoutter.

Faire réduire le liquide de cuisson d'un quart, ajouter la crème fraîche et laisser réduire à nouveau de moitié. Hors du feu, incorporer au fouet le reste du beurre et un filet de jus de citron. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

Préchauffer le four à 210°C (th 7). Répartir les noix de Saint-Jacques, les moules, les crevettes, et les champignons dans 4 coquilles creuses soigneusement nettoyées. Les napper largement de sauce puis les enfourner 3-4 min. Servir aussitôt.

Coquille Saint-Jacques



Pecten maximus

La Normandie est la 1^{ère} région française de pêche de coquille St-Jacques. Trois labels rouges y ont été obtenus pour ce précieux coquillage, pêché chaque jour à la drague, par des bateaux de 10 à 16 m.

Saisonnalité : Jan Feb Mar **Avr** Mai Jun Jul Aou Sept **Oct** Nov Dec

Absent Basse saison Moyenne saison **Haute saison**



GROUPEMENT QUALITE
DES MARINS-PECHEURS
CRIEES ET MAREYEURS
DE BASSE-NORMANDIE
02 31 51 21 53 - lettre@nfm.fr



+ 600 recettes et conseils préparation !
+ 50 fiches espèces : poissons, coquillages et crustacés

www.normandiefraicheurmer.fr

Le portail de la Pêche de Normandie !

