

LES PRODUITS DE LA MER ET DES RIVIÈRES

# La Coquille Saint-Jacques

## Présentation du produit

La Normandie est la première région de France de pêche de coquille Saint-Jacques ! C'est aussi le plus gros coquillage de nos côtes. On la reconnaît facilement à sa coquille : striée, plate et rouge au-dessus, bombée et beige en dessous. La partie orangée à l'intérieur s'appelle le corail (elle se mange !). En Normandie, la coquille Saint-Jacques est pêchée par des petits bateaux équipés de dragues (râteau muni d'une poche constituée d'anneaux métalliques) qui sont traînées sur les fonds sablonneux de la mer. Sa période de pêche est du 1<sup>er</sup> octobre au 15 mai. Le reste de l'année, sa pêche est interdite, lui permettant de se reproduire tranquillement.

À bord des navires, les pêcheurs trient et remettent à l'eau les petites coquilles pour qu'elles grandissent. Les coquilles sont ramenées et achetées à la criée par les mareyeurs puis revendues aux poissonniers, aux supermarchés



et aux restaurateurs.

## Histoire

La coquille Saint-Jacques était autrefois la preuve qu'un pèlerin avait fait le chemin jusqu'à Compostelle. Aujourd'hui, le terme « coquillard » désigne un bateau pêchant des coquilles Saint-Jacques alors qu'au 15<sup>e</sup> siècle, il désignait un voleur.

## Nutrition

La coquille Saint-Jacques est peu calorique et contient d'excellentes protéines, très peu de lipides et de glucides, ainsi que du sodium.

## Qualité

La Normandie a obtenu deux Labels Rouges qui reconnaissent sa qualité supérieure. Le pêcheur et le mareyeur doivent respecter une charte qualité précise pour pouvoir vendre les coquilles Label Rouge.



Pour tout savoir sur la pêche, rendez-vous sur [www.nfm.fr](http://www.nfm.fr) (il y a une rubrique enfants !).

Source : Normandie Fraîcheur Mer.

Télécharge d'autres fiches sur les produits de Normandie, des recettes et bien d'autres surprises sur [www.normandie-gourmande.fr](http://www.normandie-gourmande.fr) (rubrique « Malle aux trésors »).