

LES PRODUITS DE LA MER ET DES RIVIÈRES

La Coquille Saint-Jacques

Présentation du produit

La coquille Saint-Jacques est un mollusque bivalve. Son corps est protégé par une coquille striée comprenant deux valves reliées par une charnière. Celle du dessus est rouge à brun et plate alors que celle du dessous est beige clair et bombée. Ce coquillage est le plus gros pectinidé de nos côtes, à ne pas confondre avec les pétoncles (il existe aussi le pétoncle noir qui vit accroché sur les rochers mais dont la pêche n'est pas professionnelle) qui sont plus petits et souvent accrochés aux rochers. Elle vit sur des fonds sablonneux jusqu'à 80 mètres de profondeur. Elle peut se déplacer en faisant claquer vivement ses valves l'une contre l'autre. Cette contraction chasse l'eau et provoque un bond de quelques mètres. La coquille Saint-Jacques a des dizaines de minuscules petits yeux argentés et un fin manteau pour protéger ses organes. Elle peut vivre une vingtaine d'années et, pour connaître son âge, il faut compter le nombre de stries et les renflements sur sa coquille. Sa particularité est qu'elle est hermaphrodite. La partie communément appelée « corail », ou gonade, qui ressemble à une grosse virgule, est l'appareil reproducteur. En période de reproduction, la partie mâle est blanchâtre et la partie femelle est rouge orangé.

Nutrition

La coquille Saint-Jacques est peu calorique et contient d'excellentes protéines, très peu de lipides et de glucides, ainsi que du sodium. Lorsqu'elle est coraillée, elle est encore plus riche en nutriments nécessaires à notre bonne santé : acides gras Oméga 3, vitamine B12, calcium, iode, magnésium, phosphore, sélénium et zinc.



Métier : pêcheur

La Normandie est la première région française de pêche de coquilles Saint-Jacques. Elle est pêchée d'octobre à mai sur les côtes normandes par de petits bateaux de 12 à 15 mètres de long. Le reste de l'année, sa pêche est interdite, lui permettant de se reproduire tranquillement.

Les pêcheurs la prélèvent à l'aide de dragues (sorte de rateau muni d'une poche constituée d'anneaux métalliques) qui sont traînées sur le fond. Elle est prélevée en abondance sur le précieux gisement normand dit Baie de Seine. Elle ne peut être vendue que si sa taille minimum a atteint 10,2 (en Manche ouest) à 11 centimètres (en Manche est). Elle est triée et nettoyée à bord puis conditionnée dans des paniers ou des coffres. De retour au port, elle est débarquée et achetée dans les criées par les mareyeurs. Elle est ensuite vendue aux poissonniers, aux supermarchés, aux restaurateurs...

Qualité

La coquille Saint-Jacques est très réputée pour sa saveur subtile et raffinée ; elle est préparée par les plus grands chefs de

la gastronomie française. La Normandie a obtenu deux Labels Rouges pour ce précieux coquillage : pour la coquille fraîche en 2002 et pour la noix en 2009. Le Label Rouge est une distinction officielle de qualité supérieure attribuée par le ministère de l'Agriculture et de la Pêche. Le pêcheur et le mareyeur (vendeur) doivent respecter une charte qualité avant de les commercialiser. Ainsi les coquilles doivent être nettoyées à bord, coraillées à plus de 80 % et avoir un rendement minimum de 1 kilo de noix coraillées pour 6,5 kilos de coquilles. Les noix Label Rouge sont coraillées à 100 %. Chez le poissonnier, on reconnaît la Coquille Saint-Jacques de Normandie à l'aide de son étiquette spécifique Label Rouge. On peut s'assurer de la provenance des coquilles sur l'étiquette sanitaire. Elles peuvent venir de Normandie, de Bretagne, du Pethuis charentais, d'Écosse... Attention : les plats préparés et les noix surgelés proviennent souvent composés (de pays étranger) ou sont des pétoncles. Pour vérifier la fraîcheur d'une coquille Saint-Jacques, il suffit de regarder si elle est bien fermée ou si elle se referme lorsqu'on la touche.

Pour tout savoir sur la pêche, rendez-vous sur www.nfm.fr