

LES PRODUITS DE LA MER ET DES RIVIÈRES

EN
SAVOIR
PLUSLa moule
De Bouchot

Présentation du produit

La moule de bouchot, c'est ce petit coquillage tout noir à l'extérieur et jaune-orange à l'intérieur. Les bouchots sont les pieux sur lesquels on l'élève. On distingue la moule de bouchot à la moule de pêche sauvage (pêchée au chalut). Pour se nourrir, la moule filtre l'eau de mer et mange du plancton, comme tous les autres coquillages à deux coquilles (bivalves). Pour obtenir des moules prêtes à être mangées, le mytiliculteur plante des pieux en bois à la mer sur lesquels sont enroulées des cordes où les « bébés » moules sont collés. Ils vont mettre environ 18 mois à grandir avant que les moules adultes soient vendues chez le poissonnier.

la Normandie est la première région productrice de moules de bouchot en France. Et la moule de pêche de Barfleur vient du plus grand bassin de moules sauvages en France.



Nutrition

Les moules figurent parmi les aliments les plus riches en minéraux (calcium, fer...) ; elles sont également riches en protéines mais contiennent peu de lipides et de glucides. Elles apportent plein de vitamines et participent au bon état de la peau et des cellules nerveuses. Les ingrédients incontournables des moules « à la normande » sont la crème (ou le beurre) et le cidre.

Qualité

Les moules de bouchot bénéficient d'une CCP (Certification Conformité Produit) au niveau national. Ce signe sert à protéger le mode de production des moules.

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



Source : CRC Normandie – Mer du Nord.

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