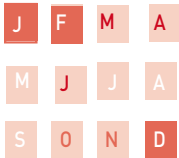




C'EST LA SAISON !



Courrez vite chez votre poissonnier... La véritable coquille Saint-Jacques de Normandie est arrivée !

*“Chouette l'automne ! À moi la belle poêlée
de Pecten Maximus !”...*

Port en Bessin, Grandcamp-Maisy, Granville, Cherbourg... Sur les quais des ports de pêches, ça s'agite ! Alors que les premières débarques de coquilles Saint-Jacques fraîches et entières - pêchées au-delà des 12 milles - s'enchaînent, tout le monde s'empresse de colporter la bonne nouvelle : la délicieuse coquille Saint-Jacques, la Pecten Maximus, fraîche et entière, la vraie, l'originale... 100% naturelle arrive sur les étals du poissonnier !

Pecten Maximus... Mémorisez bien cette dénomination... Non pas pour faire érudit (... quoi que...) mais simplement pour ne pas vous faire berner (Voir encadré ci-dessous).

Elle est là... Régalez vous sans attendre. Poêlée... marinée... en carpaccio, elle est tellement facile à préparer. En deux minutes, et si simplement, un repas délicieux est prêt !

Mi-novembre, place à la belle des belles : la coquille Saint-Jacques Label Rouge débarquera à son tour !

D'ici quelques semaines, ce sera au tour de la coquille Saint-Jacques Label Rouge, pêchée en Baie de Seine, d'afficher ses courbes dodues aux reflets nacrés et un beau corail. Car si la saison de la coquille Saint-Jacques s'étale d'octobre à mai, celle du Label Rouge est plus courte, de mi-novembre à mi-avril.



© P. Rougereau / Normandie Fraîcheur Mer



**Bon anniversaire à la coquille Saint Jacques Label Rouge !
10 ans déjà ! 10 ans qu'elle ravit les papilles des gastronomes
... 10 ans d'efforts de pêche des professionnels qui se verront
sans doute récompensés, car d'après les spécialistes,
la ressource est belle.**

Ne pas confondre... coquille Saint-Jacques et Saint-Jacques

Depuis 1996, sous la pression de certains pays gros producteurs de pétoncles (Canada, Pérou), l'Organisation mondiale du commerce (OMC) a étendu en 1996 la dénomination « Saint-Jacques » aux différentes espèces de pectinidés, sous leurs formes transformées. Le terme de « coquille Saint-Jacques » n'est même pas réservé aux Pecten maximus, tant et si bien qu'on peut trouver des pétoncles vendus dans des valves creuses de coquilles Saint-Jacques sous la dénomination coquille Saint-Jacques.

Bien sûr, les noix de Saint-Jacques Label Rouge proviennent exclusivement de l'espèce Pecten maximus.

AVIS AUX GOURMANDS !

N'attendez pas les fêtes pour vous faire plaisir !

**Si la coquille Saint-Jacques se cuisine
de mille et une façons, nous vous proposons
une sélection de délicieuses recettes
pour bien commencer la saison.**

Plus de recettes sur www.nfm.fr.



CONTACT PRESSE

Michèle Fréné / Elsa Burnel

Agence Michèle Fréné Conseil

5, rue des Mazurettes - 14000 CAEN

Tél : 02.31.75.31.00 / mfc@michele-frene-conseil.fr



Noix de Saint-Jacques de Normandie corail en bâton de citronnelle et salsa fraîche de fenouil au citron vert



INGRÉDIENTS

Pour 6 personne(s)

- 24 Noix de coquilles Saint jacques de Normandie avec corail
- 8 bâton de citronnelle
- 4 Pommes de Terre
- 5 cl de vin blanc
- 20 cl de crème liquide
- 1 petit bulbe de fenouil
- 1 tomate mûre
- 1 citron vert
- 2 échalotes
- Un peu de concentré de tomate (facultatif)
- Un peu de lait (5 à 10 cl)
- Huile d'olive
- Piment de Cayenne, Paprika, Safran,
- Herbes de Provence

PREPARATION

Cuire les pommes de terre à l'eau. Monter les brochettes à l'aide des bâtons de citronnelle en alternant 3 noix et 2 coraux.

Cuire le reste du corail dans le vin blanc en réduisant légèrement, crémier, assaisonner avec les épices et le concentré de tomate (pour la couleur), mixer, puis réduire d'un tiers.

Ciseler le fenouil, l'échalote et la chair de la tomate très finement et les réunir avec un peu d'huile d'olive, le zeste et quelques gouttes de jus du citron vert, sel et poivre puis réserver au frais.

Ecraser les pommes de terre grossièrement et les mélanger avec un peu d'huile d'olive, les herbes, l'échalote, sel-poivre et un peu de lait chaud de façon à obtenir une écrasée souple et onctueuse mais pas uniforme.

Cuire les brochettes dans une poêle très chaude avec quelques gouttes d'huile d'olive. Disposer les brochettes sur le méli-mélo de pomme de terre et de fenouil.

*Restaurant Stéphane Carbone « Incognito »
14 rue de Courtonne à Caen
Tel: 02 31 28 36 60
Site: www.stephanecarbone.fr*



CONTACT PRESSE

Michèle Fréné / Elsa Burnel

Agence Michèle Fréné Conseil

5, rue des Mazurettes - 14000 CAEN

Tél : 02.31.75.31.00 / mfc@michele-frene-conseil.fr



Noix de Saint-Jacques de Normandie rôties, risotto d'épeautre émulsion châtaignes

INGRÉDIENTS

Pour 4 personne(s)

- 200 g de petit épeautre
- 1 oignon -12 noix de Saint Jacques avec corail
- 10 g de beurre demi-sel
- 20 cl de vin blanc
- 60 g de parmesan
- 50 cl de bouillon de légumes
- 20cl de crème liquide
- 100g de châtaignes cuites
- Sel, poivre - huile d'olive



PRÉPARATION

Émincer finement l'oignon et le faire revenir dans une casserole à fond épais, avec le beurre et une cuillère d'huile d'olive. Remuer régulièrement pendant 5 min.

Incorporer l'épeautre à feu vif, et mouiller petit à petit avec le vin blanc. Saler, poivrer, et verser une louche de bouillon.

Baisser le feu, et verser le bouillon au fur et à mesure qu'il est absorbé. Ajouter le parmesan râpé en fin de cuisson et assaisonner de sel et poivre.

Faire réduire la crème et les morceaux de châtaignes cuites et assaisonner.

Dans une poêle huilée, faire revenir les noix de coquilles Saint-Jacques avec le corail quelques minutes à peine. Saler, poivrer.

Dresser le risotto d'épeautre dans l'assiette et les noix de coquilles Saint-Jacques sur le dessus. Émulsionner la crème réduite aux châtaignes à l'aide d'un mixer et déposer l'écume sur les noix.

*Restaurant Stéphane Carbone « Incognito »
14 rue de Courtonne à Caen
Tel: 02 31 28 36 60
Site: www.stephanecarbone.fr*



CONTACT PRESSE

Michèle Fréné / Elsa Burnel

Agence Michèle Fréné Conseil

5, rue des Mazurettes - 14000 CAEN

Tél : 02.31.75.31.00 / mfc@michele-frene-conseil.fr



Et avec le corail, c'est encore mieux !

Il en est des « pour », il en est des « contre », Normandie Fraîcheur Mer fait clairement partie des premiers : outre l'effet décoratif, joyeux et appétant du corail dans l'assiette, sa présence apporte des **qualités nutritionnelles supérieures**, notamment pour les vitamines (E, B2, B5 et B12), les minéraux et oligo-éléments (calcium, magnésium, fer, zinc, sélénium) et les acides gras essentiels (oméga 3 et 6). **Alors n'hésitez pas, mangez le corail !**

Le saviez-vous ? La présence de corail est l'indice d'une noix plus charnue, ce qui signifie que le rapport entre le poids de la noix et le poids de la coquille entière est plus favorable au consommateur. Le rendement minimum en noix est de 1 kg de noix corailées pour 6,5 kg de coquilles entières Label Rouge alors qu'il faut couramment 9 à 10 kg de coquilles « classiques » pour 1 kg de noix : la **coquille corailée est donc plus avantageuse.**



Entrée

GELÉE D'AGRUMES SAFRANÉE

ET CORAUX DE COQUILLES SAINT-JACQUES DE NORMANDIE

INGRÉDIENTS

Pour 6 personne(s)

- Corail : 20 pièces
 - Fumet de poisson ou coquilles Saint-Jacques : 400g
 - Jus d'orange : 100g
 - Pistil de safran: 5
 - Sel/poivre : Q.S*
 - Feuille de gélatine: 14 g
 - Assortiment d'agrumes en suprême :
 - orange
 - citron jaune et vert
 - bergamote
 - kumquat
 - pamplemousse
 - Assortiment d'herbes
 - Œufs de poissons : Q.S
 - Cube de carottes cuites
- * QS : Quantité Suffisante

Préparation

Infuser à froid pendant 24 heures le fumet de poisson le jus d'orange et le safran.

Déposer au fond des assiettes les dés de carotte. Chauffer le fumet et le jus d'orange puis incorporer gélatine préalablement ramollie à l'eau froide, filtrer et couler dans les quatre assiettes.

Réserver au frigo pour faire prendre la gelée.

Pocher les coraux dans un peu de fumet et laisser refroidir.

Recette d'Olivier Briand,

Restaurant Le Gibus Café

17 B rue des Tilleuis - 14000 Caen

Tél : 02.31.86.01.33 / contact@gibus-restaurant.com

www.gibus-restaurant.com



Entrée

GELÉE DE CORAIL DE COQUILLE SAINT-JACQUES

DE NORMANDIE COMME UN JARDIN MARIN

INGRÉDIENTS

Pour 6 personne(s)

- Fumet de poisson ou St Jacques : 500g
 - Coraux de coquilles Saint-Jacques : 12
 - Noix St Jacques : 12
 - Laitue de mer (algues) ou épinard cuit : 100g
 - Œufs de poisson : 50g
 - Agar Agar : 4g
 - Assortiments d'herbes fraîches : Q.S*
 - Fleur de sel, poivre et huile d'olive : Q.S*
- * QS : Quantité Suffisante

Préparation

Faire bouillir le fumet, ajouter l'agar agar (1), bien délayer au fouet et rebouillir 2 minutes.

Mixer cette gelée avec la moitié des coraux, répartir dans quatre assiettes plates et laisser prendre la gelée.

Dessaler la laitue de mer fraîche dans de l'eau claire pendant 10 minutes puis égoutter et essorer.

Raidir les coraux restant et les noix de coquilles Saint-Jacques 30 secondes dans un bain d'huile bouillante puis égoutter.

(1) Vous pouvez remplacer l'Agar Agar par de la gélatine.

L'intérêt de l'Agar Agar est qu'il supporte la chaleur contrairement à la gélatine qui est servie à froid.

Dressage de l'assiette

Répartir tous les éléments et condiments de façon harmonieuse sur la gelée de corail assaisonner et servir.

Recette d'Olivier Briand,

Restaurant Le Gibus Café

17 B rue des Tilleuis - 14000 Caen

Tél : 02.31.86.01.33 / contact@gibus-restaurant.com

www.gibus-restaurant.com



La Charte Qualité Coquille Saint-Jacques



- ❑ Coquille sélectionnée et nettoyée à bord des bateaux de pêche.
- ❑ + 80% de coquilles corailées
- ❑ Rendement minimum de 1 kg de noix corailées pour 6,5 kg de coquilles.
- ❑ Coquille vendue au client final le lendemain de la vente en criée.
- ❑ Traçabilité du bateau à l'étal



CONTACT PRESSE

Michèle Fréné / Elsa Burnel

Agence Michèle Fréné Conseil

5, rue des Mazurettes - 14000 CAEN

Tél : 02.31.75.31.00 / mfc@michele-frene-conseil.fr



Apéritif

La coquille Saint-Jacques de Normandie EN TROIS FAÇONS

INGRÉDIENTS

Pour 4 personne(s)

- Coquilles Saint-Jacques de Normandie : 8
 - Fruit de la passion : 1
 - Huile d'olive : 40g
 - Fleur de sel
 - Poivre
 - Herbes (persil plat)
- * QS : Quantité Suffisante

1/ En Carpaccio

Préparation

Couper les Noix de coquilles Saint-Jacques en fines tranches.
Evider le fruit de la passion. Conserver les graines pour la vinaigrette.
Réaliser une vinaigrette avec les autres éléments (graines du fruit de la passion, huile d'olive, fleur de sel et herbes) et assaisonner les noix.

INGRÉDIENTS

Pour 4 personne(s)

- 4 grosses noix de coquille Saint-Jacques de Normandie
 - Galets : 4
 - Assortiments d'épices
- * QS : Quantité Suffisante

2/ En pierrade

Mettre les galets à four très chaud (200°C) 15mn
Griller les noix d'un seul côté.
Sortir les galets du four, les mettre sur un plat et saupoudrer d'épices.
Puis poser les noix de coquilles Saint-Jacques coté cru sur le galet.

INGRÉDIENTS

Pour 4 personne(s)

- Coquilles Saint-Jacques de Normandie : 8
 - Farine de froment : 200g
 - Maïzena : 200g
 - Perrier ou eau gazeuse non sucrée : QS*
- * QS : Quantité Suffisante

2/ En beignet

Mélanger les farines, le sel, le poivre et l'eau gazeuse.
Tremper les coraux dans l'appareil et mettre en friture.
Egoutter sur du papier absorbant et servir.



Préparation

Infuser à froid pendant 24 heures le fumet de poisson le jus d'orange et le safran.
Déposer au fond des assiettes les dés de carotte
Chauffer le fumet et le jus d'orange puis incorporer gélatine préalablement ramollie à l'eau froide, filtrer et couler dans les quatre assiettes.
Réserver au frigo pour faire prendre la gelée.
Pocher les coraux dans un peu de fumet et laisser refroidir.

*Recettes d'Olivier Briand,
Restaurant Le Gibus Café*

17 B rue des Tilleuis - 14000 Caen

Tél : 02.31.86.01.33 / contact@gibus-restaurant.com

www.gibus-restaurant.com

Entrée

LE CORAIL EN NEM CROUSTILLANT ET COULIS

INGRÉDIENTS

Pour 6 personne(s)

- Feuille de brick :1
- Feuille de basilic :8
- Corail de coquilles Saint-Jacques de Normandie :18
- Fumet de poisson :100g
- Assortiment de légumes cuits :200g
- Huile d'olive :Q.S*
- Vinaigre de Xérès : 30g
- Assortiment d'herbes :Q.S*
- Bain de friture

* QS : Quantité Suffisante

CONTACT PRESSE

Michèle Fréné / Elsa Burnel

Agence Michèle Fréné Conseil

5, rue des Mazurettes - 14000 CAEN

Tél : 02.31.75.31.00 / mfc@michele-frene-conseil.fr