

LIVRET RECETTES



Coquille DE NORMANDIE
Saint-Jacques

GRUPEMENT QUALITE DES MARINS-PECHEURS, CRIEES ET MAREYEURS DE BASSE-NORMANDIE
10, Avenue du Général De Gaulle BP 27 - 14520 PORT EN BESSIN - Tél. 02 31 51 21 53 - lettre@nfm.fr

www.nfm.fr





Saint-Jacques

AU CAMEL DE JUS DE POMME ET CANNELLE

Pour 4 personnes

Recette de Didier ROBIN, Château La Chenevière à Port en Bessin

*12 coquilles Saint Jacques
4 pomme Boskoop
4 pomme Golden
4 branche de céleri
Sel de Guérande
80 g de beurre d'Isigny
Coriandre fraîche ou cerfeuil
Cannelle*

Décortiquer et laver les noix, puis les égoutter. Couper le céleri en biseau et le cuire dans l'eau bouillante. Tailler la moitié des pommes en julienne et passer l'autre moitié en centrifugeuse.

Faire réduire le jus obtenu, de façon à obtenir un caramel. Ajouter la noisette de beurre, la cannelle et laisser reposer. Faire revenir les noix dans une poêle.

Dressage : Déposer le sifflet de céleri au centre de l'assiette et les noix autour. Ajouter la julienne de pomme "en pluie" et napper de caramel. Ajouter une petite pincée de sel de Guérande et quelques herbes fraîches.

Retrouvez nos conseils préparation sur www.nfm.fr

POUR UNE PECHE RESPONSABLE

La pêche à la coquille Saint-Jacques est ouverte du 1er octobre au 15 mai. Passée cette date, la période de reproduction commence et les pêcheurs laissent à la ressource, naturelle et limitée, le temps de se reproduire.

Pendant la saison, la pêche est très réglementée : les bateaux sont limités en nombre et en taille, les caractéristiques de l'engin de pêche (la drague) sont définies et leur nombre par bateau limité. Des jours, des horaires de pêche, des quotas et une taille minimale de capture sont également définis de manière à préserver la ressource.





Coquille Saint-Jacques

DE NORMANDIE
Pecten maximus



LA QUALITÉ A
SON ORIGINE

Le **Label Rouge** est à l'alimentaire ce que la Légion d'honneur est aux hommes et femmes d'exception : une distinction officielle de **qualité supérieure**.

La **Normandie**, première région française de pêche de coquille Saint-Jacques, a obtenu deux labels rouges pour ce précieux coquillage :

Coquille Saint-Jacques fraîche



Caractéristiques contribuant à la qualité supérieure :

- 1 Coquille sélectionnée et nettoyée à bord des bateaux de pêche.
- 2 + 80% de coquilles coraillées
- 3 Rendement minimum de 1 kg de noix coraillées pour 6,5 kg de coquilles.
- 4 Coquille vendue au client final le lendemain de la vente en criée.
- 5 Traçabilité du bateau à l'étal

Noix de coquille Saint-Jacques fraîche



Caractéristiques contribuant à la qualité supérieure :

- 1 Noix de Saint-Jacques 100% coraillées
- 2 Issue de coquille Saint-Jacques fraîche (*Pecten maximus*) sélectionnée à bord des bateaux de pêche
- 3 Décoquillée manuellement au plus tard le lendemain de la vente en criée
- 4 Ne rend pas d'eau à la cuisson



Ce logo est apposé sur les produits de la pêche normande qui respectent la Charte Qualité NFM. Ils sont régulièrement contrôlés



Saint-Jacques

EN ROUGAIL ET MASSALE DOUX

Pour 4 personnes

Recette de Didier ROBIN, Château
La Chenevière à Port en Bessin

12 coquilles Saint Jacques
100 g d'échalotes
100 g de tomates
100 g de câpres
20 g de concentré de tomates
50 g d'herbes fraîches : persil, coriandre
Sel, poivre et cerfeuil
1 dl d'huile d'olive
1 cl de vinaigre balsamique (faire réduire)
Fleur de sel

Ouvrir et nettoyer les Saint Jacques. Garder le corail attaché à la noix.
Ciseler les échalotes, tailler en petits dés les tomates et hâcher les herbes fraîches.

Rougail : Faire revenir les échalotes puis ajouter les tomates ainsi que les câpres, ajouter l'huile d'olive pour détendre le tout ainsi que le concentré de tomates.

Cuire à l'huile d'olive dans une poêle les noix et coraux, 1 mn sur chaque côté.

Dressage : Déposer en fond d'assiette le rougail en faisant des petits zig zag.
Mettre les noix dessus et saupoudrer de massalé. Finir avec un petit filet de vinaigre de balsamique, de la fleur de sel et les herbes fraîches.

Retrouvez d'autres recettes sur www.nfm.fr

Elle donne la pêche !



Peu calorique, la coquille Saint-Jacques contient d'excellentes protéines, très peu de lipides et très peu de glucides. Elle est source de nombreux nutriments nécessaires à notre bonne santé : **Acide Gras Oméga 3, Vitamine B12, Calcium, Iode, Magnésium, Phosphore, Sélénium, et Zinc.**

C'EST LA SAISON !

J F M A

M J J A

S O N D



Imprimé avec des encres végétales sur du papier issu de forêts gérées

