

Titre de la leçon : Les fruits de mer

Contenu de la séance

- Les huîtres
- Zones de productions
- Vocabulaire
- Les moules
- Coquillages et crustacés

1. Définition

On regroupe sous l'appellation fruits de mer...

- **Les mollusques et coquillages** : coques, huître, moule, praire, coquille Saint Jacques, amandes, clams, bulots...
- **Les crustacés** : crabes (tourteau, étrille...) crevette, homard, langouste, langoustine, ...

Panorama des principaux fruits de mer utilisés en restauration

Les Huîtres

(Mollusques bivalves)

Chez les Grecs, l'huître était très prisée, en particulier pour les vertus aphrodisiaques qu'on lui attribuait...

L'huître était alors si commune qu'à Athènes, où est née la démocratie, on utilisait sa coquille comme bulletin de vote servant à bannir un citoyen jugé indésirable. De là vient le mot d'**ostracisme**.

Dans les banquets romains des riches familles, l'huître avait aussi sa place, et c'est d'ailleurs un Romain, Sergius Orata, qui inventa le premier système de parc à huîtres. Elles étaient également importées d'Angleterre et de Gaule. On a ainsi retrouvé de nombreuses coquilles d'huîtres à côté des villas, témoins de cette passion. Hormis ces premiers essais d'élevage d'huîtres par les Romains, les coquillages seront uniquement pêchés à pied ou dragués par bateaux, jusqu'aux premières cultures de moules sur bouchots, au début du 13ème siècle et la naissance de l'ostréiculture moderne au cours de la deuxième moitié du 19ème siècle.

Les huîtres sont classées en deux grandes espèces



Creuse



Plate







La taille des huîtres « sauvages » peut dépasser 25 cm et le kg, mais pour la commercialisation une grille interprofessionnelle a été adoptée et la taille marchande est fixée à 30 g. La grille définit le nombre d'huîtres par colis selon un calibre allant de 1 à 5. Les huîtres sont couramment consommées jusqu'à 150 g.

Le saviez-vous ?

En dehors de la variété sauvage dite "pied de cheval" qui peut dépasser le kg, la taille de commercialisation courante se situe entre 20 g et 120 g



7 grands lieux de Production	Espèces	Particularités d'élevage
<p>1) Méditerranée (dans les bassins de Leucate et de Thau)</p> <p>Egalement vous trouverez des huîtres en Corse : Etang de Diana et L'étang d'Urbino : 150 T/an</p>	<p>Côte bleue (creuse) Bouzigues (plate), très rare</p> 	 <p>Les huîtres sont élevées en suspension sur cordes immergées en permanence.</p>
<p>2) Aquitaine (Bassin d'Arcachon)</p>  <p>Banc d'Arguin, entrée du bassin d'Arcachon.</p>	<p>Creuse</p> <p>Le saviez-vous ? Une huître sauvage, plate du nom de : Gravette d'Arcachon. Elle est très rare et n'est pas vendue.</p>	<p>Premier centre naisseur d'huîtres en Europe. Le bassin d'Arcachon constitue une mer intérieure au cœur de la forêt landaise, où le flux et le reflux des marées favorisent l'élevage des huîtres.</p>
<p>3) Poitou-Charentes (Marennes-Oléron)</p>  <p>Claires</p>	<p>Creuse Fines de claires, Fines de claires vertes Label Rouge, spéciales de claires, spéciales pousse en claire Label Rouge.</p> 	<p>L'affinage des huîtres dans les claires teinte la chair de l'huître d'un vert délicat grâce à la "navicule bleue", une algue microscopique.</p> <p>Le saviez-vous ? L'affinage doit-être réalisé dans les claires, mais pas nécessairement l'élevage. Elles partent donc en villégiature en Bretagne pour grossir.</p>
<p>4) Pays de la Loire La "Croisicaise".</p>	<p>Creuse</p>	
<p>5) Bretagne Sud (Entre la baie de Douarnenez et l'estuaire de la Loire)</p>  <p>Tables ostréicoles en rivière d'Auray</p>	<p>Plate (Belon) Les désormais célèbres huîtres plates de Belon sont les seules à être élevées en estuaire.</p>	<p>Elles doivent à ce mélange particulier d'eau douce et d'eau de mer leur fameux goût de noisette.</p> 

<p>6) Bretagne Nord (De la Baie du Mont St Michel à Brest)</p> 	<p>Creuse</p>	<p>Elevées en pleine mer.</p>  <p>Huitres de Carantec</p>
<p>7) Normandie (Isigny...)</p>  <p>Saint-Vaast-la-Hougue</p>	<p>Creuse</p>	

2. Un peu de vocabulaire...

Ostréiculture : Elevage des huîtres

Claire : Bassin argileux (ancien marais salants), peu profond où se développe la navicule bleue. C'est l'affinage des huîtres.

Navicule bleue : Algue microscopique filtrée par l'huître qui en retient le pigment (la marennine)

Huître Triploïde : Ces huîtres stériles, sont une création de l'homme. Elles poussent plus vite, elles sont plus grasses et peuvent se manger toute l'année. Elles peuvent se nommer également « huître des 4 saisons » NB : L'ostréiculteur doit vous avertir lors de la vente.



Huître Triploïde

Fines de claires : Plusieurs semaines en bassin (claire), 40 huîtres au m²

Spéciales de claires : 4 à 5 mois en bassin, 5 à 10 huîtres au m²

Spéciales Pousse en claire Label Rouge : 4 à huit mois en bassin, 5 huîtres au m²

Les crus d'huître : Zones de production. Exemples : La "Cancale", la "Paimpol", la "Rivière de Tréguier", la "Morlaix-Penzé", la "Nacre des Abers", la "Rade de Brest" etc.

Classification des huîtres creuses

Calibres Masse unitaire en g (limites de tolérance)

N°0	>150g
N°1	De 111 à 150g
N°2	De 86 à 110g
N°3	De 66 à 85g
N°4	De 46 à 65g
N°5	De 30 à 45g
Longues	> ou = à 30g

Classification des huîtres plates

Catégorie 100 huîtres

000	100/120 g
00	90/100 g
0	80 g
1	70 g
2	60 g
3	50 g
4	40 g
5	30 g
6	20 g

Le saviez-vous ?

La durée de l'élevage jusqu'à la commercialisation peut s'étaler d'1 à 4 années, en fonction du site de production et des techniques utilisées.

3. Au restaurant...

Les huîtres se servent fraîches mais pas glacées pour ne pas casser l'arôme : préférer au contact direct avec la glace, un lit d'algues ou de gros sel. Pour en apprécier pleinement la saveur subtile, il est préférable de croquer l'huître plutôt que la gober et de ne pas abuser de l'acidité du vinaigre ou du citron.

Produits d'accompagnement	Accords mets et vins
Beurre doux ou demi-sel, citron, vinaigre à l'échalote et pain de seigle.	Essayez de réaliser des accords régionaux. <i>Exemples...</i> AOC Coteaux du Languedoc Picpoul de Pinet (Bouzigues) AOC Muscadet sur lie (Marennes-Oléron) AOC Graves blanc (Huîtres d'Arcachon)

Comment ouvre-t-on les huîtres ? Voir sur www.vidéorestocours.net

Les moules

(*Mollusques bivalves*)

Il existe différentes espèces de moules comestibles dans le monde. Sur nos côtes, les deux espèces consommées sont :

La moule dite commune (<i>Mytilus edulis</i>)
est la plus répandue. Elle est élevée sur bouchot, filières ou parcs.

<i>Mytilus edulis</i>

La moule méditerranéenne (<i>Mytilus galloprovincialis</i>)
dite aussi du Midi, d'Espagne ou de Provence est plus grosse. Elle est élevée sur des cordes en suspension.

<i>Mytilus galloprovincialis</i>



Le saviez-vous : La France possède une AOC Moule de bouchot de la baie du Mont-St-Michel. Une production de 10 000 tonnes de moules environ par an sur 240 km de bouchots (le seul produit issu de la mer)



Bouchots

Les bouchots (pieux de chêne enfoncés avec leur écorce, haut de 4 à 6 m et qui permettent l'élevage des moules).

Il faut 12 à 18 mois pour que les moules puissent être commercialisées.

C'est un voyageur irlandais, **Patrick Walton**, qui en 1235 a inventé la culture sur bouchot.



Victime d'un naufrage dans la Baie de l'Aiguillon, il s'installe et se consacre à la capture d'oiseaux d'eau à l'aide de filets.

Il remarque alors que les piquets retenant ses filets, plantés dans la mer, se recouvrent de moules. Il multiplie les piquets et invente la culture sur bouchots.







Mytiliculture : Elevage des moules

Les autres coquillages et mollusques...

<p>Bigorneau Petit mollusque abondant dans l'Atlantique et le Pacifique. Le bigorneau ressemble à l'escargot. Il se consomme chaud ou froid.</p>	<p>Coque Ce mollusque bivalve est plus ferme et de saveur plus prononcée que les huîtres ou les moules. Il se consomme cru ou cuit, chaud ou froid.</p>	<p>Oursin Petit animal marin dont la carapace est recouverte de piquants. Les glandes sexuelles (corail) et le liquide qui les entoure sont comestibles. L'oursin a une saveur très iodée. Nommé aussi châtaigne de mer.</p>	<p>Bulot Ce gastéropode appelé aussi buccin, il vit dans les eaux froides de l'Atlantique Nord. Cette espèce, à grande répartition géographique et à forte densité sur les zones côtières.</p>
<p>Palourde Mollusque bivalve à la coquille très dure. En Italie, on prépare le spaghetti alle vongole.</p>	<p>Pétoncle Mollusque bivalve dont les parties comestibles sont la «noix», et le corail, une partie de couleur orangée qui correspond aux glandes sexuelles.</p>	<p>Praire Généralement vendus à partir de 2,5 cm, elles peuvent atteindre 5 à 6 cm, les plus grosses sont les meilleures surtout lorsqu'elles sont un peu laiteuse.</p>	<p>Telline Mollusque bivalve appelé aussi, tenille, donace, haricot de mer, olive ou pignon, vit sur les fonds de sable fin du littoral dans des zones de faible profondeur.</p>

	
<p>Coquille St-Jacques La coquille Saint-Jacques vit dans l'Atlantique et la Méditerranée.</p>	<p>Clams Très gros, il est très difficile à ouvrir. Saveur iodée.</p>

Les crustacés...

		
<p>Araignée de mer Crabe dont les pattes longues et fines sont disposées comme celles de l'araignée. Sa carapace épineuse a la forme d'un triangle arrondi. La chair de l'araignée de mer est fine; celle de la femelle est plus particulièrement savoureuse.</p>	<p>Tourteau Gros crabe dont la carapace brune rougeâtre est lisse et ovale. Sa chair est excellente. Il est souvent cuit à la vapeur ou dans un court-bouillon.</p>	<p>Etrille Crabe vert de roche typiquement méditerranéen. Utilisé largement dans la cuisine provençale.</p>
		
<p>Homard Crustacé habitant surtout l'Atlantique (Homard bleu). Les parties comestibles du homard sont la chair de l'abdomen (ou queue) et des pattes, le corail et le foie verdâtre.</p>	<p>Langouste Langouste rouge, langouste brune du Cap (Afrique du sud), langouste brune de Cuba...</p>	<p>Cigale de mer Très rare et très chère.</p>

		
<p>Crevette Parmi les espèces courantes, on trouve la crevette rose ou bouquet (Atlantique), la gambas (15 à 22 cm) et la crevette grise (2 à 5 cm)</p>	<p>Langoustine La langoustine (aussi nommée «scampi») ressemble à un petit homard ou à une grosse crevette.</p>	<p>Galathée Vivant auprès des sources hydrothermales à 2 500 mètres de profondeur, crustacé des grandes profondeurs.</p>

Le plateau de fruits de mer

	<p>L'Écailler 6 huîtres fines de claires n°4, 12 crevettes tropicales, 3 amandes, 3 moules d'Espagne, bulots. 14,50 €/Pers.</p> <p>Le Mareyeur 1/2 tourteau, 6 huîtres fines de claires n°4, 8 crevettes tropicales, 3 amandes, 3 moules d'Espagne, 2 langoustines, bigorneaux, bulots. 23,90 €/Pers.</p> <p>L'Amarine 1/2 tourteau, 9 huîtres fines de claires n°4, 12 crevettes tropicales, 3 amandes, 3 moules d'Espagne, 2 langoustines, bigorneaux, bulots, crevettes grises. 29,50 €/Pers.</p> <p>Le Royal 1/2 homard, 1/2 tourteau, 9 huîtres fines de claires n°4, 8 crevettes tropicales, 3 amandes, 3 moules d'Espagne, 2 langoustines, bigorneaux, bulots, crevettes grises. 41,90 €/Pers.</p> <p><i>Restaurant Amarine (chaîne de restaurant spécialisés fruits de mer)</i></p>	
	<p>Produits d'accompagnement Beurre doux ou demi-sel, citron, vinaigre à l'échalote, pain de seigle, mayonnaise, aïoli (Sachez que les japonais peuvent vous demander du Tabasco)</p>	<p>Accords mets et vins Vins blancs secs (Muscadet sur lie, Gros Plant du Pays Nantais, Entre deux mers, Riesling, Coteaux du Languedoc.... Essayez un VDQS cotes d'Auvergne blanc ou rosé.</p>

Vous voulez en savoir plus ? <http://www.cnc-france.com/index2.html>

2008/ www.restocours.net