

Divines coquilles

GASTRO Mets de choix, les coquilles Saint-Jacques, dont la saison bat son plein, ne doivent pas être confondues avec les pétoncles.

Sur les tables de réveillon, la coquille Saint-Jacques s'est certainement taillée une place de choix. Mais encore faut-il savoir reconnaître la *Pecten maximus* des différents types de pétoncles. La vraie Saint-Jacques a la valve inférieure creuse et la valve supérieure plate. Cette caractéristique fait qu'on ne peut la confondre avec le pétoncle qui, lui, a les deux valves bombées. Mais lorsqu'on achète des Saint-Jacques sans leur coquille, attention à la tromperie car certains pétoncles, corailés ou non, peuvent atteindre des tailles identiques, comme le pétoncle géant du Canada, très apprécié outre-Atlantique.

Les industriels, eux, connaissent bien la différence entre les deux coquillages : 90 pc des produits surgelés proposent en effet des pétoncles (infiniment moins chers) vendus sous le nom de Saint-Jacques... Mais l'arnaque n'en est pas réellement une puisque, depuis 1996, l'Organisation mondiale du commerce autorise l'appellation "Saint-Jacques" pour tous les pectinidés transformés (débarrassés de leur coquille et de leur barbe), dont les pétoncles, donc. C'est pourquoi la Normandie, première région française de pêche de la *Pecten maximus*, a demandé et obtenu en 2002 un Label Rouge pour distinguer son produit.

Attention au poids !

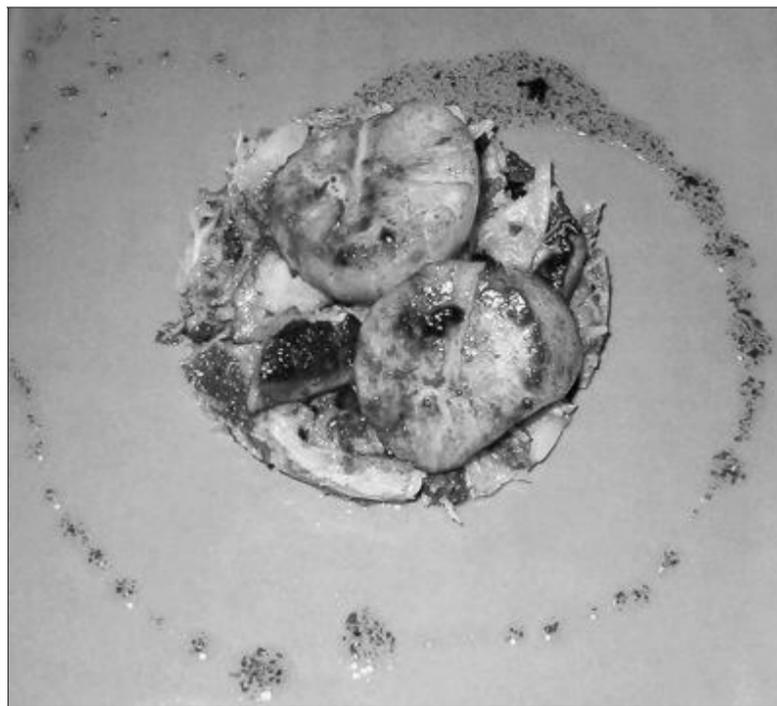
Quand on achète les noix seules, il faut également faire attention à leur poids. Une fois décortiquées, les coquilles sont parfois placées dans un bain d'eau et peuvent en absorber jusqu'à 50 pc ! Ce bain est interdit dans certains pays (comme la France) mais dans d'autres, on trouve même des appellations "dry" (sèches), "1/2 wet" (à demi trempée) et "full wet" (complètement trempées).

Pour les coquilles surgelées, on se méfiera également du *glazurage*, procédé qui consiste à enrober les poissons ou les crustacés d'eau glacée pour mieux les conserver et supprimer toute activité biologique. La procédure est autorisée mais alourdit les coquilles – et il ne faudrait pas que ce surpoids soit facturé !

Avec ou sans corail ?

La Saint-Jacques se pêche d'octobre à avril. S'il s'agit encore d'une

Saint-Jacques et foie gras poêlés sur lit de chou vert truffé. Un plat de fête à l'accord surprenant.



D.R.

espèce sauvage, on peut la consommer sans craindre sa disparition car elle est très bien gérée, en France en tout cas. Les pêcheurs participent d'ailleurs au réensemencement de certains gisements.

Enfin, le superbe corail qui accompagne souvent la noix est l'appendice sexuel de l'animal, hermaphrodite. La partie blanche contient les gamètes mâles, l'orangée, les gamètes femelles. Le corail grossit au fur et à mesure de la maturité des œufs, se développant aux dépens de la noix elle-même. Si elles sont plus grosses, les coquilles vendues sans corail sont donc pêchées en dehors de la saison.

D'un point de vue gustatif, il faut savoir que le corail donne un goût plus sucré à la noix car les coquillages produisent du glucose pour nourrir leurs œufs.

Crues ou cuites ?

Crues ou cuites, les coquilles Saint-Jacques se prêtent à de nombreuses préparations, raffolant de la crème (notamment au safran ou au curcuma), du beurre, mais aussi des ris de veau, des champignons...

Pour les tartares ou les carpaccios, on les choisira fraîches exclusivement, voire vivantes. De préférence, elles doivent encore se contracter dans la main lorsqu'on les détaille. En **tartare**, on les assaisonne par exemple de jus de citron vert, d'huile d'olive, de sauce soja et de gingembre émincé finement, avant d'ajouter quelques dés de mangue. En **carpaccio**, on les découpera en très fines tranches et l'on versera par-dessus une vinaigrette réalisée avec de l'huile d'olive, du jus de citron jaune et des graines de vanille. Une pincée de fleur de sel et quelques baies roses

concassées compléteront la décoration de l'assiette.

Côté chaud, on privilégiera les préparations dépouillées : **simple-ment poêlées** sur une tombée de chicons ou de poireaux.

Pour les poêler, deux techniques. La première consiste à mettre beaucoup de beurre dans une poêle. Lorsqu'il devient noisette, on y ajoute les Saint-Jacques, sur leur face ovale d'abord. On laisse dorer, avant de les retourner. On ajoute encore une noix de beurre frais; lorsqu'il est fondu, on en nappe les coquilles. Autre technique, démar- rer la cuisson à froid avec très peu d'huile et de beurre. Lorsque les coquilles sont suffisamment colorées sur une face, on éteint le feu et on les retourne pour finir la cuisson. Mais quelle que soit la technique choisie, les coquilles doivent rester crues à l'intérieur.

Si l'on veut s'amuser un peu, chou vert, truffé et foie gras constitueront des alliés de choix pour les Saint-Jacques. On blanchira ainsi du chou vert découpé en lamelles, que l'on fera ensuite revenir dans du beurre, que l'on arrosera de bouillon maison (de légumes ou de volaille) puis que l'on truffera, une fois cuit. On fera un lit très fin de cette préparation sur une belle assiette et on garnira de quelques dés de foie gras poêlés et de deux coquilles Saint-Jacques cuites suivant la première technique avec une généreuse quantité de beurre. Un plat à réserver pour les grandes occasions...

Hubert Heyrendt

Envie de surfer ?

Sur l'excellent blog "Cuisine de la mer", on trouvera quantité d'informations sur les poissons, coquillages et autres fruits de la mer, ainsi que nombre de recettes. (Web) <http://estran.canalblog.com>.

Saint-Jacques sautées au beurre de salicorne

Dans son excellent "Larousse des poissons" (384 pp., env. 31,50 €), le grand Jacques Le Divallec propose de nombreuses recettes de Saint-Jacques, dont celle-ci, aux parfums très marins...

Ingrédients (pour 4 pers.)

12 grosses coquilles Saint-Jacques; 6 cl de fumet de barbe de Saint-Jacques; 800 g de salicorne fraîche; 80 g de beurre; 1 c.à.s. d'huile; sel & poivre du moulin.

Préparation

Demander au poissonnier de décoquiller les Saint-Jacques. Garder les barbes pour le fumet. Préparer le fumet avec les barbes bien rincées, 50 cl de vin blanc sec, 1 échalote, ¼ de gousse d'ail, quelques tiges d'estragon, du sel et du poivre. Après 20 min de cuisson, passer au chinois et laisser refroidir. Prélever 4 barbes, les égoutter et les émincer finement. Les garder au chaud dans un plat posé au-dessus d'une casserole d'eau frémissante. Rincer les Saint-Jacques à l'eau fraîche et les éponger avec du papier absorbant. Rincer la salicorne, garder les extrémités les plus tendres et jeter les tiges. La faire blanchir quelques secondes dans de l'eau bouillante salée et l'égoutter. Dans une sauteuse, faire fondre 30 g de beurre avec l'huile, ajouter les noix de Saint-Jacques et les faire cuire à feu moyen 2 min de chaque côté. Saler et poivrer en cours de cuisson. Sortir délicatement les Saint-Jacques à l'aide d'une spatule et les garder au chaud dans le plat. Jeter le jus de cuisson, verser le fumet dans la sauteuse et porter à ébullition. Ajouter la salicorne puis les barbes émincées. Remuer et laisser cuire 1 min. Hors du feu, ajouter dans la sauteuse les 50 g de beurre restant par petits morceaux tout en remuant. Goûter et rectifier l'assaisonnement puis ajouter les Saint-Jacques sur la préparation. Remettre sur le feu, faire cuire à feu doux pendant 1 min et servir aussitôt.