

Tout savoir sur la coquille Saint-Jacques : Reproduction, Pêche et Recettes Savoureuses

Alimentation



La Normandie est le berceau de la **coquille Saint-Jacques** en France, représentant **70 % de la production nationale**, ce qui en fait la principale région productrice. Sa richesse gastronomique repose sur des eaux froides et nutritives, notamment dans la **Baie de Seine**, qui à elle seule fournit près des deux tiers de la production normande. Réputée pour sa chair tendre et son goût délicatement sucré, la coquille Saint-Jacques normande bénéficie de conditions naturelles et d'une gestion rigoureuse, assurant une qualité exceptionnelle. Véritable joyau de la mer, elle illustre le **savoir-faire régional** et séduit les amateurs de gastronomie à travers le monde.

Comment bien choisir vos coquilles Saint-Jacques et où les acheter ?

Pour garantir une expérience gustative optimale, voici les critères pour reconnaître une coquille Saint-Jacques de qualité :

- **Fermeture active** : Une coquille fraîche est fermée ou se referme légèrement lorsqu'on la touche.
- **Odeur marine** : Elle doit dégager une odeur douce rappelant l'air marin, sans notes désagréables.

- **Aspect de la noix** : La chair doit être ferme, blanche ou légèrement ivoire. Si la coquille contient du corail (orange vif), c'est un atout pour de nombreuses recettes.

Où acheter vos coquilles Saint-Jacques ?

Pour **acheter des coquilles Saint-Jacques de qualité**, plusieurs options s'offrent à vous :

Marchés locaux : Les ports normands tels que Dieppe, Port-en-Bessin, ou Grandcamp-Maisy proposent des coquilles fraîches directement auprès des pêcheurs, souvent peu après la criée.

Poissonneries : Les poissonniers locaux privilégient les produits de la pêche normande. Demandez leur origine pour être sûr d'opter pour des coquilles locales.

Préférez l'achat en saison, entre octobre et mai, pour garantir des coquilles savoureuses et en pleine maturité. En hors-saison, vous pourriez trouver des coquilles surgelées, mais leur qualité est souvent inférieure à celles achetées fraîches.

Pour une expérience culinaire optimale, privilégiez le Label Rouge ou les coquilles Saint-Jacques issues de la pêche normande garantie.









Photos : Pierre Galliot - Region Normandie

La pêche à la coquille Saint-Jacques : techniques et réglementation en Normandie

Une pêche encadrée

En Normandie, la pêche de la coquille Saint-Jacques est une activité emblématique mais hautement réglementée pour préserver les ressources. La saison de pêche s'étend généralement d'octobre à mai. Durant cette période, les pêcheurs normands, appelés "scaldisteurs", suivent des règles strictes :

- **Des quotas de capture** limitent la quantité de coquilles pouvant être pêchées. Les quotas varient en fonction de la taille du navire.
- **Des jours et horaires définis** : La pêche n'est autorisée que quelques jours par semaine pour éviter la surpêche.
- **Une taille minimale** : Seules les coquilles mesurant plus de 11 cm peuvent être récoltées, permettant ainsi aux plus jeunes individus de se reproduire.

Ces réglementations sont essentielles pour garantir une pêche durable et maintenir l'équilibre écologique des fonds marins.

Les techniques de pêche

Deux grandes techniques sont employées pour la pêche :

1. **La drague** : Méthode traditionnelle en Normandie, cette technique utilise un filet métallique monté sur un cadre rigide. La drague est traînée sur le fond marin pour collecter les coquilles. Cependant, elle est parfois critiquée pour son impact sur les habitats marins.
2. **La plongée** : Moins courante mais plus respectueuse de l'environnement, elle consiste à récolter les coquilles à la main. Cette méthode garantit également une meilleure sélection, car seules les coquilles matures sont prélevées.

Coquille Saint-Jacques de Normandie

CHIFFRES & REPÈRES



**qualité
supérieure
certifiée**



Triple garantie



fraîcheur

AUSSITÔT DÉBARQUÉE, AUSSITÔT
TRANSFORMÉE ET EXPÉDIÉE
POUR UNE FRAÎCHEUR AU TOP



traçabilité

PASSAGE EN CRIÉE OBLIGE, ELLE EST
TRACÉE DU BATEAU À L'ASSIETTE



qualité

NOIX GÉNÉREUSE ET CORAILLÉE
LORSQU'ELLE NAIT EN MANCHE EST, PLUS
PETITE MAIS TOUTE AUSSI SAVOUREUSE
EN MANCHE OUEST. POINT COMMUN :
ELLES SONT ADDICTIVES !

Les tendances à consommer la coquille évoluent ... le label rouge aussi et le prouve !

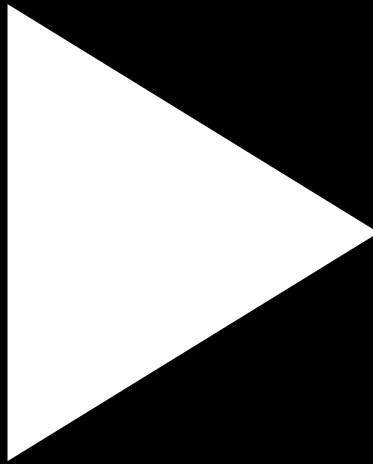


Source : [Coquille Saint Jacques de Normandie](#)

En immersion avec les pêcheurs de La Persévérance



La Saint-Jacques, c'est une éponge, alors il ne faut pas la décongeler



La coquille Saint-Jacques de Normandie : fraîcheur, qualité et tradition

Dans la région Normandie, la coquille Saint-Jacques est bien plus qu'un produit de la mer, c'est un symbole de savoir-faire et de qualité. À Caen, la poissonnerie *Le Grand Bleu* incarne cet engagement grâce à Lise hue, qui partage avec

passion l'histoire de ce mollusque prisé.

La coquille Saint-Jacques de la baie de Seine : fraîcheur garantie

Pêchées au large de Port-en-Bessin, les coquilles Saint-Jacques de la baie de Seine sont réputées pour leur noix généreuse et leur corail éclatant. « Elles sont capturées la veille et livrées dans notre boutique dès le lendemain matin, » explique Lise. Cette démarche de circuit court garantit une fraîcheur incomparable, un argument clé pour les consommateurs exigeants.

Les clients apprécient particulièrement la traçabilité et l'authenticité de ce produit local. « Certains demandent spécifiquement la coquille de baie de Seine, tandis que d'autres se laissent guider par notre expertise, » précise Lise.

Une pêche durable et réglementée en Normandie

La préservation de la ressource est une priorité en Normandie. En baie de Seine, la pêche est encadrée par des quotas stricts :

- **Temps de pêche limité** : 2h30 par jour pour les pêcheurs.
- **Quotas journaliers** : 1,8 tonne par bateau (2 tonnes pour les plus grands navires).
- **Débarques autorisées** : 4 fois par semaine.

Ces règles, contrôlées par des dispositifs de suivi comme le VMS et des survols en hélicoptère, permettent de maintenir une ressource durable et abondante. « Aujourd'hui, grâce à ces quotas, la baie de Seine offre une coquille d'une qualité exceptionnelle, » souligne Lise.

Une tradition locale, un métier de passion

Bien que Lise ne vienne pas d'une famille de pêcheurs, elle a plongé dans cet univers aux côtés de son mari, passionné de la mer. Ensemble, ils gèrent chaque étape, de la pêche à la vente. « Nous aimons raconter l'histoire de nos produits aux clients, car cela renforce leur lien avec le terroir, » confie-t-elle.

La coquille Saint-Jacques de Normandie est un trésor local, fruit d'un équilibre entre tradition, passion et durabilité. Pour Lise et son équipe, chaque coquille est bien plus qu'un produit : c'est une histoire, une ressource préservée et une expérience culinaire unique à partager avec les clients.









Photos : Pierre Galliot - Region Normandie

Le saviez-vous ?

Il est possible de connaître l'âge d'une coquille Saint-Jacques en comptant les stries de croissance de sa coquille, comme un arbre !

Recettes normande de noix de Saint Jacques

Ces recettes traditionnelles apportent chacune une touche unique de la Normandie grâce à l'utilisation d'ingrédients régionaux comme le Calvados, le cidre ou la crème d'Isigny. Pour les instructions complètes, rendez-vous sur les sites des sources mentionnées !

[Saint-Jacques de Normandie en coquilles gratinées aux pommes](#)

[Noix de Saint-Jacques à la normande et légumes de saison](#)

Comment faire la différence entre les coquilles Saint-Jacques et les pétoncles ?

Pour **différencier une vraie coquille Saint-Jacques** (*Pecten maximus*) **d'un pétoncle**, observez d'abord **la coquille** : la **Saint-Jacques est plus grande** (12-15 cm), avec **une valve bombée et une plate**, et des stries espacées, tandis que le pétoncle est plus petit (7-10 cm) et symétrique.

La noix de Saint-Jacques est ferme, charnue et souvent accompagnée d'un corail volumineux, alors que celle du **pétoncle est plus petite** et parfois translucide.

En bouche, la **Saint-Jacques offre une saveur douce et sucrée**, là où le pétoncle a un goût plus neutre. Enfin, la Saint-Jacques, souvent pêchée en eaux froides et encadrée par des labels, est plus chère que le pétoncle, souvent importé ou cultivé.

La coquille Saint-Jacques : reproduction et cycle de vie

La coquille Saint-Jacques (*Pecten maximus*), que l'on trouve en abondance dans les eaux de la Manche, est un mollusque bivalve doté d'une coquille en éventail. **Sa reproduction** est un processus fascinant, étroitement lié aux saisons.

Les coquilles Saint-Jacques atteignent leur maturité sexuelle entre 2 et 3 ans. Elles sont hermaphrodites séquentielles, ce qui signifie qu'elles produisent des gamètes mâles (sperme) et femelles (ovules), mais pas simultanément. La reproduction a lieu principalement au printemps et en été, lorsque la température de l'eau augmente et que les conditions sont optimales. Les coquilles libèrent leurs gamètes dans l'eau où se produit **la fécondation externe**.

Les larves flottent ensuite dans la colonne d'eau pendant quelques semaines **avant de se fixer sur un substrat dur**. Elles se métamorphosent en **jeunes coquilles**, puis se sédentarisent au fond des eaux riches en nutriments, comme celles des côtes normandes. Ces fonds sableux et coquilliers, typiques des zones de pêche en Normandie, offrent un habitat idéal à leur croissance.

La Grande Débarque : Un Rendez-Vous Gourmand

Chaque automne, la Normandie célèbre [La Grande Débarque](#), un événement festif organisé par [Normandie Fraicheur Mer](#), dédié à la coquille Saint-Jacques. Cette manifestation met en lumière les producteurs locaux et le savoir-faire des pêcheurs normands. De nombreux marchés, dégustations et ateliers culinaires animent les villes et villages côtiers, attirant des milliers de visiteurs.

C'est l'occasion idéale de découvrir la fraîcheur et la qualité des Saint-Jacques fraîchement débarquées. Cet événement est également un moteur pour promouvoir les produits locaux et sensibiliser à l'importance de la pêche durable. Profitez

de cette fête pour explorer les saveurs normandes dans une ambiance conviviale et chaleureuse.

Soutenir l'économie locale : Consommer responsable en Normandie

En choisissant de **consommer des produits locaux** et de saison, vous **soutenez l'économie locale** et **favorisez les circuits courts**. Sur [Au rendez-vous des Normands](#), découvrez un annuaire de plus de **2200 producteurs** et artisans engagés dans des pratiques responsables. Adopter cette approche de consommation contribue à réduire l'empreinte carbone tout en promouvant les savoir-faire de la région Normandie.

Cet article a été rédigé par Cécile Cazeaubon d' [Au rendez-vous des Normands](#)