

SUCETTES DE COQUILLES SAINT-JACQUES

Même pas peur de manger des sucettes iodées !

Cette année pour Halloween, vous allez réquisitionner vos petits monstres en cuisine ! Prêts à les faire trembler de gourmandise ?

Au menu, pas de bave de crapaud, de champignons vénéneux ou de cheveux de sorcières, non ! PAVILLON FRANCE vous propose une effrayante recette à réaliser à 4 mains avec vos ogres gourmands : des sucettes « citrouilles » de coquilles Saint Jacques, panées à la moutarde sucrée.

Alors, préparez votre marmite et aux fourneaux avant que vos démons ne vous jettent un sort !

 **QUANTITÉ :**
4 PERSONNES

 **CUISON :**
4 MINUTES

 **PRÉPARATION :**
15 MINUTES

 **DIFFICULTÉ :**
FACILE

INGRÉDIENTS :

- 8 coquilles Saint-Jacques ou noix décoquillées • 1 œuf
- 1 cuillère à soupe de moutarde douce (type Savora)
- 4 cuillères à soupe de farine • 100 g de chapelure • Sel
- Poivre du moulin • Huile de tournesol • 2 olives noires
- 1 queue de ciboule • Jus de citron • Colle alimentaire

PRÉPARATION :

1. Décoquillez les noix de vos coquilles (si besoin) et épongez-les avec du papier absorbant. Battez l'œuf avec la moutarde douce dans une assiette, salez et poivrez.
2. Versez la farine dans une seconde assiette et la chapelure dans une troisième. Passez rapidement les coquilles Saint-Jacques dans la farine puis dans l'œuf/moutarde et enfin dans la chapelure.
3. Faites chauffer l'huile de tournesol dans une poêle puis faites revenir les coquilles Saint-Jacques 2 minutes de chaque côté.
4. Piquez-les ensuite sur des bâtonnets.
5. Découpez des yeux, un nez et une bouche dans les olives noires puis fixez-les sur les coquilles Saint-Jacques avec une pointe de colle alimentaire.
6. Enfin, découpez des petits morceaux d'1 cm de long dans la queue de ciboule et fixez-les sur les sucettes pour former les queues des citrouilles.
7. Dégustez avec un filet de jus de citron.

PETITE ASTUCE FRISSONNANTE ! UTILISEZ LE CORAIL DES COQUILLES SAINT-JACQUES POUR AROMATISER UNE MAYONNAISE MAISON !

1. Faites chauffer une grande casserole d'eau salée puis pochez les coraux pendant 3 minutes.
2. Épluchez une échalote et mixez-la avec 2 cuillères à café de moutarde, un jaune d'œuf, du sel et du poivre.
3. Versez petit à petit (en filet) 150 ml d'huile de tournesol tout en fouettant au batteur. Arrêtez lorsque le mélange s'épaissit.
4. Dans un second récipient, mixez les coraux.
5. Incorporez-les ensuite au mélange précédent et servez aussitôt.



À DÉGUSTEZ AUSSITÔT !

ET POUR EN SAVOIR PLUS SUR LA COQUILLE SAINT-JACQUES ET SUR TOUTES LES AUTRES ESPÈCES DE LA PÊCHE FRANÇAISE : RENDEZ-VOUS SUR LE SITE DE PAVILLON FRANCE !

RETROUVEZ LA RECETTE PAS À PAS DANS UNE VIDÉO STOPMOTION

LES COQUILLES SAINT-JACQUES



UNE PÊCHE SELECTIVE

LE SAVIEZ-VOUS ?

Les professionnels français se sont interrogés sur la possibilité d'améliorer la sélectivité de leurs engins de pêche afin de limiter la capture de coquilles sous taille réglementaire et de diminuer le temps de tri à bord. Le projet SELEDRA a étudié les captures de coquilles Saint-Jacques obtenues avec des dragues équipées de 3 maillages différents (85, 92 et 97mm), a mesuré les captures commercialisables et a quantifié le gain de temps de tri par l'équipage (et donc de productivité du navire) qui y est associé à l'amélioration de la sélectivité.

À l'issue des expérimentations, l'augmentation du maillage a permis de réduire considérablement les captures de coquilles sous-taille et de déchets dans les dragues, sans que cela n'affecte les prises de coquilles commercialisables. Ainsi, les conditions de travail à bord sont aussi améliorées, et la productivité du navire est optimisée.