

# SAINT-JACQUES



## LA SAISON DE LA COQUILLE SAINT-JACQUES : UN TRÉSOR DE NOS MERS À DÉCOURVIR

La saison de la coquille Saint-Jacques est lancée, offrant une délicieuse occasion de savourer ce met de choix, symbole de fraîcheur et de gastronomie. La coquille Saint-Jacques, véritable trésor de la mer, est appréciée pour sa chair délicate et son goût subtil. Faisons un tour d'horizon de ce produit phare des côtes françaises.

### QUAND ET OÙ LA TROUVER ?

La pêche de la coquille Saint-Jacques en France débute généralement la **première semaine d'Octobre** et se poursuit **jusque fin avril**. La période de pêche est strictement réglementée afin de préserver les ressources et d'assurer une reproduction durable. Les mois d'hiver sont particulièrement propices pour la déguster au meilleur de sa saveur. **En début de saison, elle est plutôt de taille moyenne avec peu de corail. Au fil des semaines elle évolue et devient plus charnue et coraillée.**

Les coquilles Saint-Jacques proviennent principalement des eaux froides de la Manche et de l'Atlantique. Les régions de Normandie et de Bretagne sont parmi les plus réputées grâce à la qualité de leurs eaux, riches en nutriments. Cela permet de produire des coquilles d'une qualité exceptionnelle, charnues et pleines de saveurs. **Nos approvisionnements viennent également de Boulogne/mer, notre port de référence dans les HDF.**

### UN PRODUIT SOUS HAUTE SURVEILLANCE

La coquille Saint-Jacques pêchée en France est majoritairement de l'espèce *Pecten maximus*, l'une des plus prisées pour sa taille et la finesse de sa chair. La pêche est régulée par des quotas stricts et des zones de pêche contrôlées pour préserver les stocks naturels. En effet, la coquille doit atteindre une taille minimale avant d'être pêchée, garantissant ainsi une gestion durable des ressources marines.

## UNE PÉPITE CULINAIRE DES HAUTS-DE-FRANCE

Les Hauts-de-France ne sont pas en reste, car la région participe aussi à valoriser ce produit d'exception. Localement, la coquille Saint-Jacques est souvent mise à l'honneur dans des recettes traditionnelles, notamment avec des influences maritimes des côtes de la Manche. La coquille se prête à une grande variété de préparations, qu'elle soit poêlée, gratinée ou servie crue en carpaccio.

## COMMENT LA CUISINER ?

Pour sublimer la coquille Saint-Jacques, la simplicité est souvent la clé. Une cuisson rapide à la poêle, juste quelques minutes pour chaque face, suffit à révéler toute la finesse de sa chair. Elle se marie merveilleusement bien avec des notes d'agrumes, des herbes fraîches comme le persil ou la ciboulette, et des accompagnements légers tels qu'une purée de panais ou une fondue de poireaux.

## UN ENGAGEMENT LOCAL

En cette saison, soutenir la pêche locale et privilégier la coquille Saint-Jacques française, c'est aussi participer à la préservation des savoir-faire maritimes et valoriser le travail des pêcheurs de nos régions. Chez Charlet, nous avons à cœur de mettre en avant ces produits issus de nos côtes, garantissant à la fois une fraîcheur incomparable et une traçabilité exemplaire.

## LA COQUILLE SAINT-JACQUES, UNE INVITATION À L'ÉVASION

La coquille Saint-Jacques est bien plus qu'un simple fruit de mer ; elle incarne la richesse de nos côtes, le savoir-faire de nos pêcheurs, et l'art de bien manger en harmonie avec la nature. En cette période de l'année, laissez-vous tenter par ce produit d'exception, et découvrez tout ce que nos océans ont de meilleur à offrir.