

COMITÉ  
NATIONAL  
DE LA  
CONCHYLICULTURE



# HUÎTRES, MOULES & COQUILLAGES DE FRANCE

PRODUITS NATURELS D'EXCEPTION





# édito.

## CONCHYLICULTURE...

Voilà un mot original ! Mais que signifie-t-il ?

**Il s'agit de l'élevage des coquillages qui regroupe principalement les huîtres, les moules, les coques et les palourdes.**

Les conchyliculteurs, ces artisans de la mer, mi-agriculteurs, mi-marins font cohabiter tradition et innovation au quotidien, pour produire des coquillages de qualité. Dans le **patrimoine gastronomique français**, les coquillages constituent, depuis toujours, des mets très appréciés des gourmets. Ils s'inscrivent parmi les **produits français les plus prisés à l'international**.

Outre sa faible empreinte carbone, la conchyliculture fournit aussi de nombreux et précieux services écosystémiques pour la société (*puits d'azote, développement de la biodiversité, clarification des eaux...*). L'innovation est, de plus, au cœur des ambitions des conchyliculteurs, avec **l'utilisation de matériaux biosourcés et éco-responsables**.

Par ailleurs, la filière regorge de ressources et d'initiatives locales pour **s'inscrire dans une économie circulaire toujours plus vertueuse**, avec notamment la valorisation des coquilles usagées.

Mais surtout, dotés de **remarquables qualités nutritionnelles**, les coquillages n'ont pas leur pareil pour **allier forme et plaisir**.

Une dégustation parfaitement réussie mérite quelques bons conseils, notamment pour l'achat, la conservation et la préparation.

Un zeste d'habileté, quelques grammes de fantaisie, une pincée de créativité arrosée d'une énorme louche de gourmandise...

**Les coquillages sauront étonner vos tables de mille et une façons savoureuses et originales !**

# sommaire.

## 04

### les huîtres

Les huîtres, ces perles des mers • p.04

Le métier d'ostréiculteur • p.06

Zoom sur la production & l'élevage • p.09

Les conseils de l'écailler • p.10

Ouvrir une huître dans les règles de l'art ! • p.11

Les bienfaits nutritionnels • p.12

Recette : huîtres panées aux herbes • p.13



## 22

### les palourdes et coques

Les conseils de l'écailler • p.24

Les bienfaits nutritionnels • p.24

Recette : palourdes et pommes  
de terre grenaille • p.25

## 14

### les moules

De l'or jaune sous une coquille noire • p.14

Le métier de mytiliculteur • p.16

Les conseils de l'écailler • p.18

Les bienfaits nutritionnels • p.20

Recette : soupe de moules au bouillon  
provençal & croûtons • p.21



## 26

### le vrai/faux des coquillages

À la pêche aux idées reçues !

# 28

**l'organisation  
de la filière**

•  

# 32

**tour de France des 7 régions  
de production**

Normandie - Mer du Nord : finesse & caractère • p.32

Bretagne Nord : générosité & harmonie • p.34

Bretagne Sud : fraîcheur & subtilité • p.35

Pays de la Loire : terroir & exception • p.36

Charente-Maritime : tradition & excellence • p.38

Arcachon-Aquitaine : légèreté & douceur • p.40

Méditerranée : contraste & profondeur • p.42

•  

# 50

**à consommer  
en toute confiance**

# 31

**les chiffres clés  
de la conchyliculture**

•  

# 48

**expédition  
& conditionnement**

•  

# 52

**services  
écosystémiques**

# les huîtres.

## Les huîtres, ces perles des mers

**Produit unique du terroir maritime**, aux **atouts nutritionnels inégalés**, les huîtres offrent leur **raffinement naturel** pour des **moments gourmands d'exception**.

Riches en saveurs, elles séduisent les amateurs d'authenticité autant qu'elles peuvent susciter une créativité culinaire à toute épreuve.

**Tout le goût de la mer à l'état pur !**



## Une vie intense sous le manteau

C'est grâce à son muscle adducteur que l'huître s'ouvre et se ferme. Il lui permet de se protéger des prédateurs et de maintenir sa coquille fermée hors de l'eau. Comme nous, l'huître possède un cœur, un foie, deux reins et un circuit de circulation sanguine (*invisible, car son sang est incolore*).

En revanche, l'huître ne possède pas de système nerveux central. Le cœur envoie le sang vers les branchies où il s'enrichit d'oxygène. Le foie entoure l'estomac et a une fonction digestive. Des palpes entourent la bouche et lui redirigent la nourriture. L'huître s'abrite sous un tissu conjonctif qui forme un manteau en plusieurs lobes.

Chaque lobe du manteau est bordé de trois bourrelets. Le premier sécrète le carbonate de calcium dont est faite la coquille. Le deuxième est un palpeur sensoriel : en se rétractant sous la pointe du couteau, il donne la preuve que l'huître est bien vivante.

Le troisième forme une cavité pour les branchies. **L'huître, comme tous les bivalves, est un coquillage filtreur. Son alimentation résulte de deux actions : le pompage et la filtration.** L'huître pompe et filtre l'eau de mer pour capter les particules nécessaires à son alimentation et l'oxygène nécessaire à sa respiration.

## L'huître hermaphrodite

**Elle change de sexe chaque saison ou après chaque émission de semence.**

La première année femelle, puis tour à tour mâle et femelle, l'huître se reproduit l'été, durant « les mois sans R », à raison de trois pontes. C'est à cette période que l'huître peut être laiteuse. L'huître plate est vivipare : la fécondation des œufs s'effectue à l'abri de la coquille. L'huître creuse, quant à elle, est ovipare et expulse ses œufs non fécondés (*gamètes*) dans le milieu marin. Seulement une dizaine d'œufs sur 23 à 40 millions, après la fécondation au gré des courants, donnera naissance à une huître.

### Le saviez-vous ?

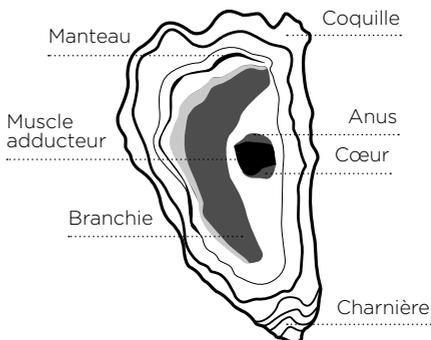
L'huître filtre en moyenne  
10 à 15 litres d'eau par heure.

### L'huître plate | *Ostrea edulis*

Famille | **Ostréidea**  
Forme | **ronde**  
Poids | **20 à 100 g et plus**  
Durée d'élevage | **3 à 4 ans**  
Production | **1 150 t/an, Bretagne et Corse**  
Calibrage | **du n°000 au n°6**

### L'huître creuse | *Crassostrea gigas*

Famille | **Ostréidea**  
Forme | **allongée**  
Poids | **30 à 150 g et plus**  
Durée d'élevage | **3 à 4 ans et 18 mois pour la Méditerranée**  
Production | **109 750 t/an, les régions du littoral français**  
Calibrage | **du n°0 au n°5**



**Il était une fois...**

Déjà sous l'antiquité, l'huître était très prisée des Grecs et des Romains, en particulier pour les vertus aphrodisiaques qu'on lui attribuait... Les Grecs utilisaient même sa coquille comme bulletin de vote servant à bannir un citoyen jugé indésirable. Voici donc d'où provient l'origine du mot ostracisme\*. Considérée comme un produit noble, l'huître avait sa place dans les grandes tablées des riches familles romaines. Les Romains développèrent très vite le premier système de parcs à huîtres. Pour pallier la production locale, ils importaient également des huîtres d'Angleterre et de Gaule. Ce n'est qu'au cours de la deuxième moitié du 19<sup>ème</sup> siècle que naît l'ostréiculture moderne.

\*Ostracisme : fait d'être exclu d'un groupe, rejeté. Dérivé du grec « ostrakismos » qui signifie « bannissement ».



## Le métier d'ostréiculteur

**2 à 4 ans d'élevage** demandent à l'ostréiculteur patience et soins renouvelés : les aléas climatiques, la lutte contre les prédateurs, les gestes coutumiers... **Une production 100 % naturelle** dont les maîtres mots sont **respect de l'environnement et qualité**. Une attention de chaque instant pour qu'enfin arrive dans nos assiettes cette perle de la mer !

## L'huître triploïde

Même si cet état existe également dans la nature - pour d'autres espèces -, l'huître triploïde est produite en éclosérie. Il s'agit d'une huître qui possède 3 chromosomes par paire au lieu de 2.

La particularité de l'huître triploïde est d'être stérile, elle n'est donc pas laiteuse l'été ; pour cette raison, elle est appréciée des consommateurs à cette période. On la retrouve d'ailleurs parfois sous l'appellation « huître des quatre saisons ».

**Le saviez-vous ?**

Les fruits sans pépin que vous consommez toute l'année sont des fruits triploïdes.

(comme les clémentines ou le raisin)





## Zoom sur la production & l'élevage

### Le captage

En été, après rencontre des gamètes mâles et femelles au gré des courants, se forment de minuscules larves d'huîtres qui errent à la recherche d'un endroit où se fixer. L'ostréiculteur utilise alors des supports appelés collecteurs (*tubes, coupelles, tuiles romaines, pieux d'ardoise, coquilles...*). Le captage se réalise également en éclosion.

### Le demi-élevage

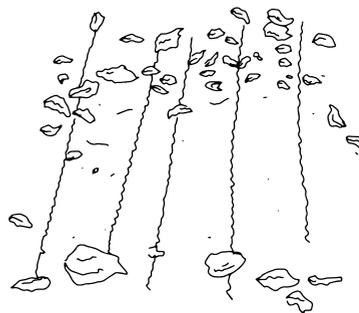
Une fois fixée, la larve devient un naissain. **Au bout de 4 mois**, elle atteint 2 à 4 cm soit 200 fois sa taille initiale. Commence alors le décrochage. L'ostréiculteur détache le naissain du collecteur pour le mettre en demi-élevage en parc pendant un à deux ans.

### Les techniques d'élevage

Il existe plusieurs manières de cultiver les huîtres. Les méthodes d'élevage varient selon les régions :

#### • Au sol

Les huîtres sont semées à plat sur le sol sablonneux dans des zones découvrant à basse mer, sur l'estran. La récolte se fait ensuite par dragage.

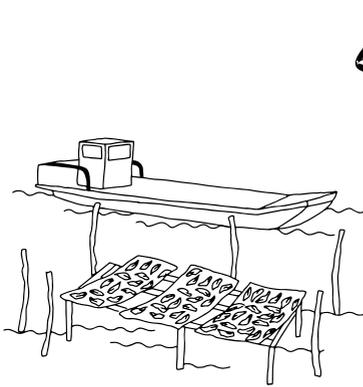


#### • Surélevé

La technique d'élevage en surélevé consiste à élever les huîtres sur une structure (*table, cadre ou tréteau*) sur les parcs de l'estran.

Les huîtres sont alors installées dans des poches qui sont régulièrement vidées et retournées afin d'éviter la prolifération des algues.

Cette technique d'élevage est la plus répandue sur la façade Atlantique, en Bretagne et en Normandie, à cause des marées.



• **Suspension**

Installées dans des pearl-net ou dans des lanternes, qui sont suspendues à des tables d'élevage, les huîtres sont en immersion permanente. Une fois qu'elles atteignent la taille de 2 à 3 cm, les huîtres sont collées sur des cordes à l'aide de ciment, et remises en immersion jusqu'à leur taille commerciale.

Les filières, autre technique d'élevage en suspension, permettent l'immersion totale des huîtres. Cette technique reprend le même principe que les tables d'élevage de la Méditerranée, mais au lieu d'être accrochées à des tables d'élevage, les lanternes ou paniers sont suspendus à des câbles tendus entre deux bouées. Cette méthode d'élevage est principalement utilisée en Méditerranée, dû à l'absence de marée.



**L'affinage en claire**

**En fin d'élevage**, les huîtres adultes peuvent être placées dans des bassins d'affinage (*notamment dans les claires en Charente-Maritime*) afin de leur conférer des qualités organoleptiques particulières.

**Les huîtres adultes sont placées dans des bassins d'affinage dits « claires »**, c'est-à-dire dans des **eaux moins salées et plus riches en plancton**. Il s'agit de bassins argileux, de faible profondeur, où l'huître peut acquérir une belle couleur verte grâce à la présence d'une algue microscopique : la navicule bleue.

**La finition**

**Une fois le processus de croissance achevé, les huîtres sont entreposées dans une eau de mer de qualité irréprochable** en bassins, dégorgeoirs ou sites naturels affectés à cette fin. Elles sont ensuite lavées, triées, calibrées puis rangées à plat, valves creuses en dessous, dans des paniers scellés dénommés « bourriches », depuis le centre d'expédition jusqu'à la livraison aux consommateurs ou aux détaillants.

## Les conseils de l'écailler

Mois en R ou sans R ? Cette légende est révolue ! **L'huître peut se consommer sans modération toute l'année.** Il faut savoir que l'huître se reproduit l'été, durant « les mois sans R », c'est à cette période que l'huître peut être laiteuse.

Mais la laitance n'est pas un signe de moindre qualité et encore moins de matières grasses ! Cependant, certaines huîtres ne sont pas laiteuses et peuvent se déguster tout au long de l'année.



## Des numéros pour définir les calibres

Les calibres se définissent selon le poids de l'huître par des numéros qui sont inversement proportionnels.

**Pour les huîtres creuses, plus le numéro est petit, plus la taille de l'huître est importante.**

Calibres de l'huître creuse	
Catégories	100 huîtres
N°1	121 à 150 g
N°2	86 à 120 g
N°3	66 à 85 g
N°4	46 à 65 g
N°5	30 à 45 g

Calibres de l'huître plate	
Catégories	100 huîtres
000	10/12 kg
00	9/10 kg
0	8 kg
1	7 kg
2	6 kg
3	5 kg
4	4 kg
5	3 kg
6	2 kg



## Un choix à opérer selon l'usage

### Astuce !

Il est conseillé d'**ouvrir les huîtres une demi-heure à l'avance**, le temps de profiter de ses convives ou de servir tranquillement l'apéritif.

Une fois ouvertes, **il faut les vider de l'eau de mer** qu'elles contiennent. Elles vont naturellement renouveler une seconde eau qui sera nettement plus goûteuse.

• **Pour l'apéritif ou en entrée**

9 à 12 huîtres / pers.

De préférence de petite taille (*n°5 par exemple*).

• **Pour des recettes cuisinées**

6 huîtres / pers.

Pour qu'elles résistent mieux à la cuisson,

optez pour des huîtres plus grosses (*n°1 ou 2*).

• **Pour une dégustation nature**

6 à 12 huîtres / pers.

De calibres moyens (*n°3 ou 4*). Elles se dégustent à volonté car elles ne coupent pas l'appétit !

## Ouvrir une huître dans les règles de l'art !

Quelques conseils préalables s'imposent.

Huître creuse	Huître plate
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Placer le pouce à 1 cm du bout de la lame</li><li>2. Introduire la lame au niveau du muscle</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Placer le couteau à la charnière</li><li>2. Sectionner d'abord la charnière</li></ol>
<ol style="list-style-type: none"><li>3. Couper le muscle</li><li>4. Soulever et détacher la coquille supérieure</li></ol>	

### Achat

**Les huîtres doivent être bien fermées et ne pas bâiller.** Elles doivent être lourdes quand on les prend en main, preuve qu'elles n'ont pas perdu d'eau et qu'elles sont bien vivantes.

### Conservation

**Les huîtres se conservent dans un endroit frais (entre 5 et 10°C) pendant une dizaine de jours** à compter de la date de conditionnement. Il est recommandé de les placer à plat, coquilles bombées dessous, bien serrées entre elles, recouvertes d'un poids (*lit d'algues ou torchon humide...*).

### Préparation et dégustation

**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, il est préférable de croquer l'huître plutôt que de la gober et de ne pas abuser de l'acidité du vinaigre ou du citron. Les huîtres chaudes se cuisent très rapidement pour conserver leur saveur tonique (*pochées quelques secondes dans l'eau frémissante ou quelques minutes à peine au four*).

Top  
chrono

**Savez-vous qu'il existe des championnats des écaillers : régionaux, de France, d'Europe et même du monde ?**

*Les notes portent sur la composition du plateau de fruits de mer*

*et sa présentation, mais aussi sur la vitesse d'ouverture des coquillages !*

*Les meilleurs temps se situent autour de 5 min pour une centaine d'huîtres.*

*Une technique qui nécessite une véritable dextérité !*

## Les bienfaits nutritionnels

L'huître se révèle être la véritable alliée détox des lendemains de fêtes et des dimanches ensoleillés !

Outre la sensation de fraîcheur qu'elle procure à la dégustation, elle incarne l'équation nutritionnelle rêvée.

**C'est un aliment complet, tonique, riche en nutriments essentiels.**



### Le saviez-vous ?

Un régal pour les papilles et l'organisme sans apport calorique :  
70 calories pour 100 g.



### Les huîtres contiennent :

- **des vitamines**  
(A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B12, C)
- **du fer et du magnésium**  
pour lutter contre la fatigue et le manque de concentration
- **du potassium** pour le bon fonctionnement cardiaque
- **du cuivre et du manganèse**, qui, associés au fer, contribuent à la régénération sanguine
- **du calcium** pour les os et le bon fonctionnement des cellules
- **du sélénium** pour ralentir le vieillissement des tissus artériels
- **des protéines** de haute qualité : **Oméga 3, phosphore, sodium, fluor** ainsi que de **l'iode** !

## HUÎTRES PANÉES AUX HERBES



Pour 4 pers.



Préparation / 20 min



Cuisson / 4 min

FACILE

### INGRÉDIENTS

- 12 huîtres creuses calibre 1 à 3
- 6 cuillères à soupe bombées de chapelure
- 4 brins de persil plat
- 2 brins de basilic
- 1/2 cuillère à café d'ail en poudre
- 1 œuf
- 3 cuillères à soupe de farine
- Huile de friture (*suffisamment pour recouvrir le fond de la poêle*)
- Sel et poivre
- 1 citron pour le service

#### Astuces

- *Pas de mixeur ? Ce n'est pas un problème ! Dans ce cas il faut ciseler les herbes très finement au couteau puis les mélanger avec la chapelure et l'ail.*
- *Vous pouvez remplacer la chapelure du commerce par un morceau de pain rassi à couper en cubes et à mettre dans le mixeur.*

### ÉTAPES

1. Préparez la chapelure d'herbes : effeuillez le persil et le basilic. Ciselez-les. Dans un mixeur ou un blender, mettez la chapelure ainsi que les herbes et l'ail en poudre. Mixez l'ensemble et réservez.
2. Ouvrez les huîtres et sortez-les de leur coquille. Rincez-les dans de l'eau et séchez-les sur du papier absorbant. Salez et poivrez.
3. Préparez 3 bols : l'un avec la farine, l'autre avec l'œuf battu et le dernier avec la chapelure d'herbes.
4. Faites chauffer l'huile de friture dans une poêle ou un wok.
5. Enrobez chaque huître de farine puis d'œuf battu puis de chapelure. Plongez les huîtres dans l'huile chaude et laissez cuire 1 à 2 min, puis retournez l'huître et prolongez la cuisson d'1 à 2 min. La chapelure doit prendre une couleur dorée.
6. Stoppez la cuisson et placez les huîtres sur du papier absorbant ou une grille pour enlever l'excédent d'huile. Servez chaud avec des quartiers de citron et des piques en bois.



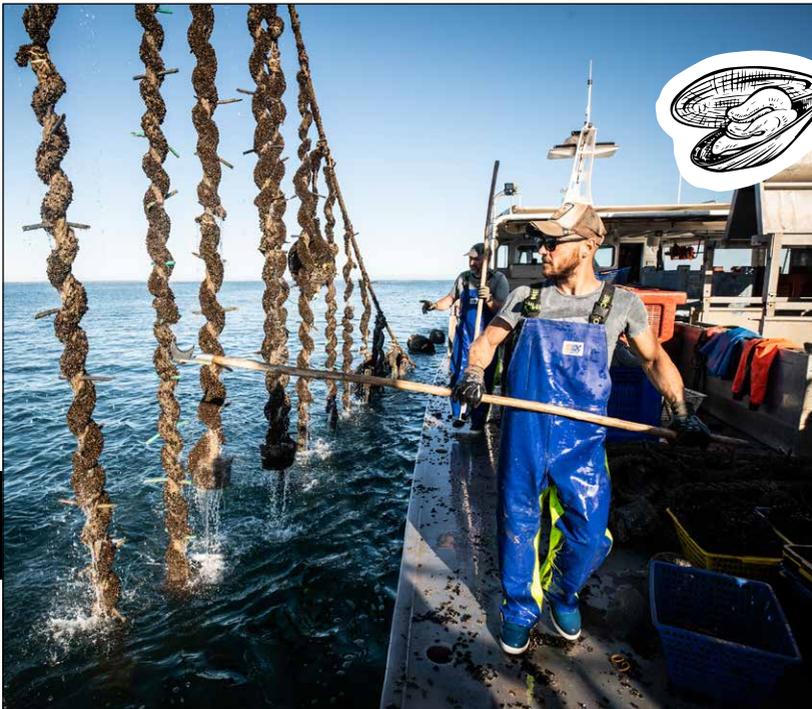
*Place à la dégustation !*

# les moules.

## De l'or jaune sous une coquille noire

Les mythiques moules-frites sont dans le cœur de tous les Français et synonymes de vacances et de convivialité. Les plaisirs sont multiples avec ce coquillage à la chair jaune ou orangée incomparable : certes marinières mais aussi en tapas, à la crème, au curry, farcies ou en éclade sur les braises.

Embarquement pour des saveurs iodées et du soleil dans l'assiette !



## L'anatomie d'une moule

**La moule est un bivalve.** Sa coquille est noire et lisse. Grâce à deux puissants muscles, celle-ci s'ouvre pour faire entrer l'eau et se referme pour protéger l'animal des prédateurs et se maintenir fermée hors de l'eau. Comme l'huître, **la moule possède un manteau permettant de fabriquer la coquille**, d'être sensible au milieu extérieur et d'enserrer les branchies dans une cavité où circule l'eau.

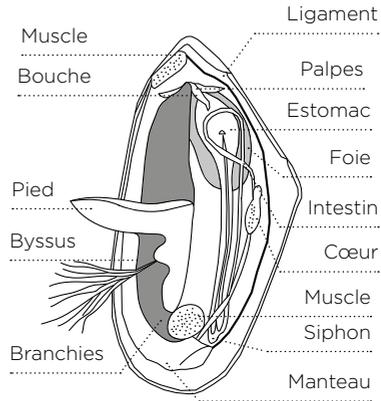
Grâce à ses branchies, elle filtre l'eau pour respirer et pour retenir le plancton dont elle se nourrit. La moule possède aussi un byssus associé à son pied : c'est un écheveau de filaments se terminant par des microventouses qui lui permet de se fixer à son support.

Léger et résistant, le byssus de moule est une fibre, qui au même titre que la laine, peut se tisser et être utilisée dans le textile.

## La reproduction

La moule ne peut pas changer de sexe à volonté. Contrairement à l'huître, elle doit se contenter d'une seule et même fonction pour la vie.

Les spermatozoïdes sont transportés au gré des courants. Heureusement, vivant en colonies, les moules ne sont jamais bien loin les unes des autres et les spermatozoïdes peuvent pénétrer dans la cavité branchiale de la femelle pour féconder l'ovule. La femelle, ovipare, rejette les embryons, à peine formés, sous forme de larves. Plusieurs pontes ont lieu chaque année et à chaque ponte, un million de larves par individu sont ainsi laissées au soin de l'océan.



### La moule dite commune | *Mytilus edulis*

Élevage | **sur bouchot, filières ou en parcs**

### La moule méditerranéenne

*Mytilus galloprovincialis*

Plus grosse que la moule commune

Élevage | **principalement sur des cordes en suspension mais il existe d'autres systèmes d'élevage**

## Lettres de noblesse d'un savoir-faire ancestral

Il semblerait que ce soit **un voyageur irlandais, Patrick Walton qui, en 1235, ait 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 s'aperçoit rapidement que les piquets retenant ses filets, plantés dans la mer, se recouvrent de moules. Il multiplie les piquets et les réunit par des claies. Il baptise son invention avec les mots « bout » et « choat » : la clôture en bois. La culture des moules de bouchot est née.

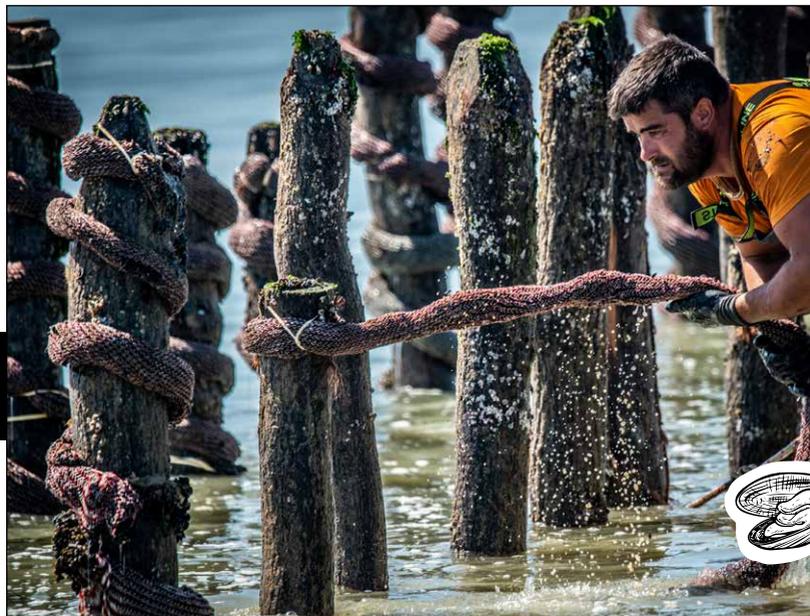
## Le métier de mytiliculteur

Aujourd'hui, il existe principalement **3 méthodes d'élevage classiques**, différentes selon les zones de production.

### • **L'élevage sur bouchot**

**Cette culture se pratique sur le littoral Atlantique ou de la Manche**, sur des alignements verticaux de pieux. C'est au début du printemps que naissent les moules entre la Charente et la Loire. Des cordes sont tendues horizontalement pour recueillir les larves de moules qui s'y accrochent facilement. En juin, les cordes sont disposées sur des portiques en bois appelés chantiers. Les naissains s'y développent jusqu'à la fin de l'été. Les cordes sont enroulées en spirale autour des pieux à partir de septembre. Pour protéger les moules contre les invasions de crabes, les pieux sont habillés d'un cône à la base. Le développement des moules a lieu pendant l'hiver et le printemps suivants. Pour éviter que les moules se décrochent des pieux pendant leur croissance (*tempêtes, etc...*), et soient abîmées des prédateurs, les pieux sont entourés de filets. Cette étape s'appelle le catinage.

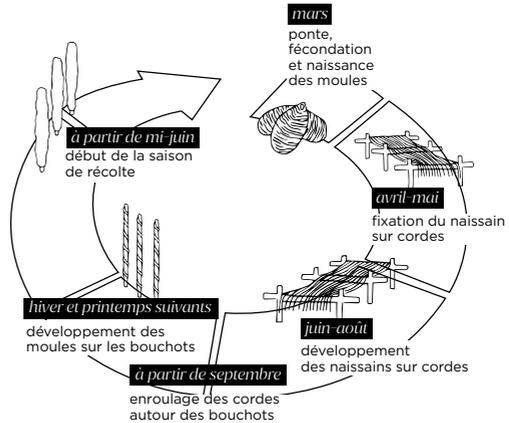
Les algues sont enlevées régulièrement et les invasions de prédateurs surveillées. Après un an sur le pieu, les moules sont cueillies mécaniquement par bateau amphibie ou tracteur pour être lavées, triées et conditionnées pour l'expédition et la vente.



## les moules.

### • **L'élevage sur parc**

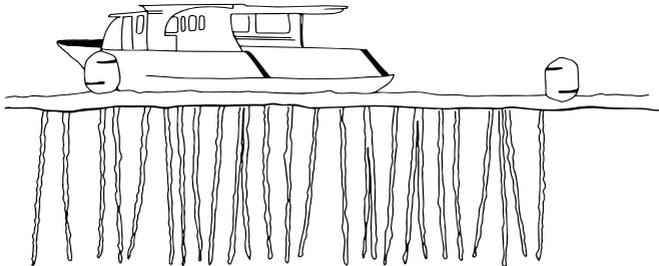
Ce **mode de culture**, utilisé pour les huîtres, reste **minoritaire pour les moules**. Elles sont à même le sol ou en surélévation, en poches ou non.



### • **L'élevage sur cordes**

Les moules sont élevées sur des supports en suspension, sous des installations fixes (*sous table méditerranéenne*) ou flottante (*sous filière*). L'élevage sur filières s'est développé pour gagner de nouveaux espaces de production mytilicole en haute mer sans surcharger les élevages côtiers.

Sur des lignes munies de flotteurs sont accrochées les cordes d'élevage. Les moules sont traitées directement en mer, ou ramenées à terre à bord des bateaux mytilicoles et mises en sac pour commercialisation.



**Signe  
officiel  
de qualité**

**La moule de bouchot a obtenu la certification de Spécialité Traditionnelle Garantie (STG) en 2013.**

*On entend par « Moules de Bouchot », des moules provenant du captage de larves en milieu naturel et élevées sur des pieux en bois verticaux alignés de manière ordonnée.*

## Les conseils de l'écailler

### **Achat**

Il faut vérifier que les moules sont bien fraîches et vivantes. On achète les moules au kilo ou au litre. Prévoyez 1 litre de moules par personnes (*soit environ 700 g*) si vous souhaitez les proposer comme plat principal.

### **Conservation**

**Les moules se consomment dans les 48 h après l'achat.** Elles peuvent se conserver dans le bac à légumes du réfrigérateur hors du sac plastique, enveloppées dans un torchon humide. Une fois cuites et décoquillées, il est possible de les conserver un à deux jours dans un récipient placé au réfrigérateur. Pour une consommation crue, il est conseillé de les déguster dans la journée.

### **Préparation et dégustation**

Le nettoyage se fait juste avant la cuisson. Il faut gratter les « épibiontes » (*algues et éventuelles particules calcaires, collées sur les coquilles*) puis détacher le filament.

Ensuite, il convient de les nettoyer rapidement sous le robinet d'eau froide, sans les laisser tremper, en les frottant pour éliminer le sable. Si certaines moules remontent à la surface au lavage, c'est le signe qu'il faut les jeter. Une fois cuites, il faut éliminer celles qui restent fermées. Le temps de cuisson des moules est très court, quelques minutes suffisent, jusqu'à ouverture complète (*légèrement plus longtemps pour les moules méditerranéennes*).

Elles se cuisent dans un grand faitout à feu vif en les secouant ou en les mélangeant souvent. Il est conseillé de ne pas remplir la casserole à plus de la moitié pour obtenir une cuisson homogène.

Si le fond est un peu sableux, le jus de cuisson peut être filtré.





## Les bienfaits nutritionnels

La moule française est **légèrement iodée** et possède une longueur en bouche et une odeur agréable à la cuisson.

Comme la plupart des mollusques, la moule possède des propriétés nutritionnelles exceptionnelles.

**Pour 100 g, les moules proposent 20 g de protéines et seulement 3 g de lipides et de glucides.**



La consommation de protéines apporte une bonne dose d'énergie grâce aux acides aminés qui les composent et confèrent aux moules un haut pouvoir de satiété.

Pour **100 grammes de moules** (avec la coquille), il faut compter **57 calories**, ce qui en fait un aliment parfait pour toutes les personnes qui souhaitent adopter une alimentation saine et équilibrée.

Ce sont des trésors de bienfaits : elles figurent parmi les aliments les plus **riches** en **calcium, magnésium, fer, zinc** et **sélénium**.

De plus, elles apportent **vitamines B8, B12, et E** qui en tant qu'anti-anémiques, participent au **maintien du bon état de la peau et des cellules nerveuses**.

Chaque moule est unique, sa taille et sa saveur diffèrent légèrement selon la région et la technique de production. Un goût davantage iodé, prononcé et une chair légère pour la moule de corde. Une saveur plus complexe et plus riche avec une chair dense et moelleuse pour la moule de bouchot.

## SOUPE DE MOULES AU BOUILLON PROVENÇAL & CROÛTONS



Pour 4 pers.



Préparation / 10 min



Cuisson / 35 min

FACILE

### INGRÉDIENTS

- 800 g de moules
- 1 oignon
- 2 carottes
- 200 ml de bouillon de légumes
- 1 gousse d'ail
- 80 ml de crème liquide
- 120 ml d'eau
- 1 cuillère à café de curry
- 1 poivron rouge
- Herbes de Provence
- 1 feuille de laurier
- Piment d'Espelette
- Persil frais
- Pain aux céréales
- 1 citron vert
- 1 citron jaune

### ÉTAPES

1. Laver et gratter les moules. Les saisir dans une grande marmite à feu vif 8 à 10 minutes.
2. Jeter les coquilles qui sont restées fermées. Filtrer le jus de cuisson et réserver.
3. Dans une grande casserole, faire revenir l'oignon haché puis ajouter l'ail haché, les carottes et le poivron coupés en petits dés. Faire revenir 8 à 10 minutes. Verser le bouillon, l'eau ainsi que les herbes de Provence, la feuille de laurier et les épices. Laisser mijoter 20 minutes à feu doux.
4. Pendant ce temps, préparer les croûtons. Couper le pain en cubes et les faire toaster 10 minutes dans un four préchauffé à 200°C avec un filet d'huile d'olive.
5. Retirer les moules de leur coquille et en garder quelques-unes pour le dressage. Ajouter le jus de cuisson et la crème liquide en mélangeant de temps en temps, pendant 5 minutes. Remettre les moules dans la soupe afin de les réchauffer.
6. Servir la soupe chaude avec du persil frais ciselé, des moules dans leur coquille et quelques croûtons.



*Place à la dégustation !*

# les palourdes et les coques.

Les coquillages sont des mollusques bivalves ou gastéropodes : ils sont pourvus d'une coquille, enveloppe calcaire servant de squelette externe.



## Les bivalves

Ils sont composés de 2 coquilles s'articulant autour d'une charnière et reliées par un ligament. Il existe plusieurs familles, dont :

Les cardiidés | **coques**  
Les pectinidés | **pétoncles, coquilles Saint-Jacques**  
Les ostréidés | **huîtres**  
Les mytilidés | **moules**  
Les glycymeridés | **amandes de mer**  
Les solenidés | **couteaux**  
Les vénéridés | **palourdes, clams, praires, vernis**

## Les gastéropodes

Ils ont une coquille d'une seule pièce, souvent enroulée en spirale. On y trouve notamment les familles suivantes :

Les haliotidés | **ormeaux**  
Les patellidés | **patelles**  
Les littorinidés | **bigorneaux**  
Les buccinidés | **bulots**

**Coquillages fouisseurs, les coques et palourdes vivent enfouées sous le sable.** Elles se détectent facilement grâce aux petits trous ronds, imprimés à la surface de la plage par les siphons qui leur permettent de respirer.

Coquillages les plus répandus de nos rivages, les coques font partie de la famille des cardiidae. L'espèce élevée est la coque commune : *Cerastoderma edule*. Bombée et ronde, la coque a deux coquilles solides et rayées qui renferment une petite noix blanche, charnue et un peu ferme, flanquée d'une minuscule crête orange qu'on appelle le corail.

#### **La cérastoculture**

- Reproduction des coques en juin ou juillet, dans leur milieu naturel.
- Mises à la pousse pendant près de 2 ans en parcs, enfouies dans le sable.
- Récolte lors des marées basses, à la main en pêche à pied ou mécanisée en tracteurs munis de récolteuses par drague, à partir de septembre et pendant l'hiver.

#### **La vénériculture**

- De décembre à janvier, préparation des palourdes à la ponte, puis croissance du naissain en caisses au fond de bassins remplis d'eau de mer.
  - Après 3 mois, lavées et triées, semis des palourdes à basse mer, manuellement ou mécaniquement, sur l'estran.
  - 2 ans d'élevage dans des parcs parfois enclos ou sous filet pour les protéger des prédateurs et limiter la chasse.
  - Récolte à pied à basse mer, mécaniquement en tracteurs ou draguées par bateau avant d'être conditionnées.
- De plus en plus, les aquaculteurs se diversifient dans différents types d'élevage comme « l'algoculture » ou « l'halioculture ».

**Deux espèces principales de palourdes** sont élevées



#### **La palourde dite européenne**

*Ruditapes decussatus*

il s'agit de la souche d'origine, plus rare de nos jours.

Sa coquille est plus mince et anguleuse que la palourde japonaise et sa couleur, plus grise et uniforme.

#### **La palourde dite japonaise**

*Ruditapes philippinarum*

plus récemment introduite, elle est aujourd'hui l'espèce dominante. Plus dodue que sa consœur, elle présente des stries plus contrastées sur sa coquille.

#### **L'halioculture**

Les ormeaux appartiennent à la famille des gastéropodes prosobranches. La face interne de la coquille de l'ormeau est nacrée et irisée d'un éclat vert, bleu ou rose. Elle possède généralement la particularité de présenter une succession d'orifices alignés. C'est un mets très apprécié des amateurs.

#### **L'algoculture**

Les algues sont des êtres vivants capables de photosynthèse dont le cycle de vie se déroule généralement en milieu aquatique.

Elles constituent une part très importante de la biodiversité. D'une très grande diversité, leur vocation en élevage peut-être alimentaire ou à destination de nombreuses utilisations industrielles, ainsi qu'en pharmacologie.

## Les conseils de l'écailler

### **Les coques**

#### **Achat**

Il faut écarter toute coque ouverte ou présentant une fissure. L'étiquette présente sur l'emballage mentionne leur provenance, la date de conditionnement et le numéro sanitaire de l'expéditeur.

#### **Conservation**

**Les coques se conservent 24 à 48h** après l'achat dans un endroit aéré, frais et sombre, recouvertes d'un torchon humide.

#### **Préparation et dégustation**

Pour éliminer le sable, il est conseillé de plonger les coques dans l'eau salée pendant quelques heures en les brassant et en renouvelant l'eau.

Les coques se cuisent 2 à 3 min à feu vif dans un grand faitout en les faisant sauter pour les remuer.

Si du sable persiste, on peut par exemple passer le jus de cuisson à travers une feuille de papier absorbant sur une passoire.

## Les bienfaits nutritionnels

La coque, particulièrement **riche en phosphore, fer et zinc**, aide à combattre la fatigue et renforce les performances intellectuelles, physiques ainsi que les défenses immunitaires. Elle contient pour **100 g : 130 mg de calcium, 68 mg de magnésium et 26 mg de fer.**

La palourde est l'un des **coquillages les plus énergétiques**. Elle est particulièrement **riche en fer - 14 mg aux 100 g - et en vitamines B12 - 25 mg pour 100 g -.**

### **Les palourdes**

#### **Achat**

Il faut veiller à ce qu'elles soient fermées, preuve qu'elles sont bien vivantes. La cagette dans laquelle elles sont présentées porte l'étiquette de salubrité qui atteste du respect des normes sanitaires et indique la date de conditionnement des coquillages.

#### **Conservation**

**Les palourdes se consomment quelques jours à compter de la date de conditionnement.** Elles se conservent dans la partie basse du réfrigérateur, soigneusement rangées. Elle se consomment aussitôt après ouverture. Il est préférable de jeter les coquillages qui se sont ouverts d'eux-mêmes, depuis une durée indéterminée.

#### **Préparation et dégustation**

Les palourdes se lavent à grande eau sans les laisser tremper, pour retirer le sable qu'elles peuvent contenir.

S'il reste un peu de sable dans le jus de cuisson, on peut par exemple le filtrer au travers d'une passoire fine recouverte d'un linge fin ou d'une gaze double.



## PALOURDES & POMMES DE TERRE GRENAILLE



Pour 4 pers.



Préparation / 25 min



Cuisson / 25 min

FACILE

### INGRÉDIENTS

- 700 g de palourdes
- 800 g de pommes de terre grenaille
- 15 cl de vin blanc
- Branches de thym et persil
- 1 feuille de laurier
- 15 g de beurre
- 1 citron
- Sel & poivre

*Version estivale !  
Cette recette peut être réalisée avec des pommes de terre primeur, un oignon nouveau émincé et du romarin à la place du persil.*

### ÉTAPES

1. Laver les palourdes pour retirer le sable éventuel. Frotter les pommes de terre sans retirer la peau.
2. Dans une marmite, verser le vin ainsi que 45 cl d'eau. Déposer aussi le beurre, les branches de thym et la feuille de laurier. Puis, ajouter les pommes de terre et faire chauffer à feu vif pendant 20 min (départ à froid).
3. Pendant ce temps, couper le citron en rondelles et ciseler le persil. À la fin des 20 min de cuisson, ajouter les rondelles de citron, le persil et les palourdes dans la marmite et mélanger le tout. Couvrir et laisser cuire 3 à 4 min pour que les palourdes s'ouvrent.
4. Servir tout de suite avec une pincée de fleur de sel, du poivre et une louche de jus.



*Place à la dégustation !*

# **le vrai/faux des coquillages.**

*À la pêche aux idées reçues !*

## Les coquillages sont trop salés ?

**FAUX**

Les palourdes, les moules comme les huîtres contiennent moins d'un gramme de sel aux 100 g. Or, selon les recommandations du PNNS, la consommation de sel doit avoisiner 6 à 8 g par jour. De plus, on ne sale pas les coquillages avant de les déguster.

## Les coquillages ? Ce n'est pas que de l'eau !

**VRAI**

Ils offrent une multitude de nutriments (protéines, vitamines, minéraux, oligoéléments) dont certains sont même particulièrement précieux, car souvent insuffisants dans notre alimentation : fer, zinc, cuivre, sélénium, manganèse, iode, fluor... Et comme ils renferment en moyenne plus de 80 % d'eau, ils sont très peu caloriques.

## Les huîtres peuvent augmenter le taux de cholestérol ?

**FAUX**

La faible teneur en stérols totaux positionne les huîtres parmi les aliments les moins riches en cholestérol. Comme les autres coquillages, elles ne contiennent pas plus de cholestérol que la moyenne des viandes et des poissons (*entre 35 et 50 mg aux 100 g environ*). Même les sujets à risques peuvent donc se régaler de quelques huîtres.

## Les épinards apportent davantage de fer que les coquillages ?

**FAUX**

Même si Popeye pourrait nous faire douter, les coquillages sont beaucoup plus riches en fer que les épinards. En effet, la coque, la palourde, la moule et l'huître en renferment respectivement 26 mg, 14 mg, 7,9 mg et 6,3 mg aux 100 g. Les épinards en contiennent seulement 2,7 mg aux 100 g.

## Les huîtres sont grasses ?

**FAUX**

Comme tous les coquillages, les huîtres sont pauvres en graisses (seulement 1,6 g de lipides aux 100 g), ce qui les rend particulièrement intéressantes sur le plan nutritionnel. Les huîtres peuvent être laiteuses durant l'été mais la laitance n'est pas un signe de moindre qualité ni de matières grasses. Elles contiennent simplement plus de glycogène (un sucre complexe) directement assimilable par l'organisme.

## Les huîtres sont-elles vraiment aphrodisiaques ?

**VRAI**

Si l'on en croit la légende selon laquelle Casanova consommait chaque soir 50 huîtres pour s'assurer de son pouvoir de séduction. L'huître est réputée pour renforcer la libido et redonner du tonus avec ses nombreux oligoéléments, et particulièrement le zinc, qui agit sur l'équilibre hormonal et favorise la fertilité.

# l'organisation de la filière.

## **Au niveau national**

**Créé sous sa forme actuelle en 1991, le Comité National de la Conchyliculture (CNC) assure la représentation de l'ensemble des éleveurs et des distributeurs de coquillages.**

La vocation première du CNC est d'être le lieu de concertation de tous les acteurs de la filière conchylicole.

**L'organisation interprofessionnelle de la conchyliculture comprend aussi 7 Comités Régionaux de la Conchyliculture (CRC)** couvrant tout le littoral : Normandie-Mer du Nord, Bretagne Nord, Bretagne Sud, Pays de la Loire, Charente-Maritime, Arcachon-Aquitaine et Méditerranée.

L'adhésion au Comité National de la Conchyliculture est obligatoire pour tous les conchyliculteurs de France. Les membres du Conseil du CNC sont renouvelés tous les 4 ans, ils sont nommés par arrêté du Ministre chargé des Pêches maritimes et de l'Aquaculture marine.

Pour assurer cette représentation interprofessionnelle dans le respect de la diversité de toutes les activités de l'amont et de l'aval, le conseil du CNC est composé d'un groupe production (*conchyliculteurs, éclosoeurs, etc...*) et d'un groupe transformation et distribution (*poissonniers, écaillers, restaurateurs, transformateurs, GMS, etc...*).

Le CNC est habilité à étudier et à proposer toutes les mesures d'ordre général concernant la conchyliculture, notamment pour l'amélioration des conditions de production et des moyens d'écoulement des produits. C'est l'interlocuteur obligatoire des pouvoirs publics pour toute réglementation relative à la conchyliculture.

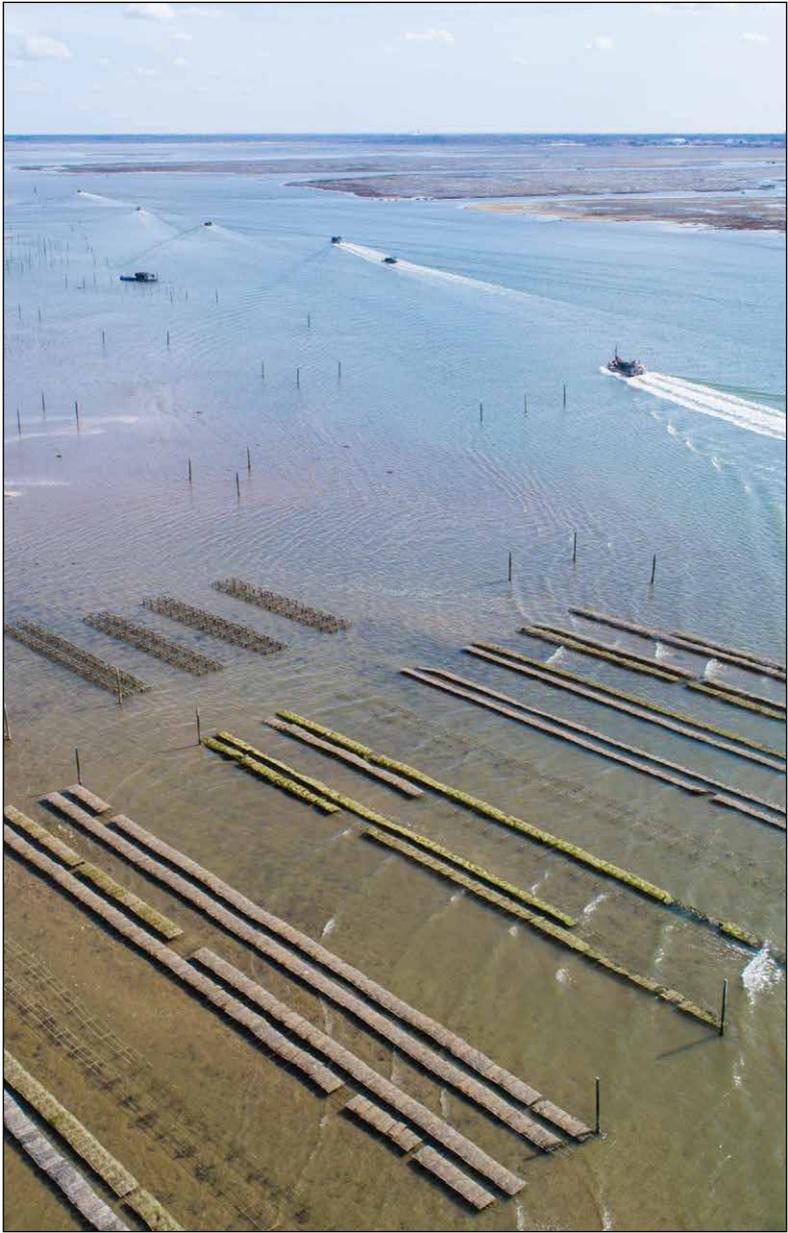


## **En régions**

**Les comités régionaux de la conchyliculture (CRC) sont, auprès des pouvoirs publics, les organismes représentant les intérêts conchylicoles de leur circonscription territoriale** ; leur rôle est alors purement consultatif.

Les CRC peuvent recruter et rémunérer des gardes-jurés chargés de surveiller le domaine conchylicole et de veiller au respect de l'application des réglementations en matière de gestion des ressources halieutiques.





# les chiffres clés de la conchyliculture.

**1<sup>er</sup> rang européen** **564** millions d'€  
pour la production de coquillages en valeur de CA

**2<sup>ème</sup> rang**  
européen avec  
**149 370**  
tonnes de coquillages  
produits/an

**1<sup>er</sup> pays**

producteur,  
exportateur et  
consommateur  
d'huîtres  
en Europe  
(2 kg/an/habitant)

**1 CNC**  
basé à Paris

**7 CRC**  
basés  
en région

**2 300**  
entreprises  
sur le territoire  
national

**1 610**  
kilomètres  
de lignes  
de bouchots



seul élevage  
**100% naturel**

**18 280**  
employés

dont 8 850 équivalents  
temps plein

**16 000**  
hectares  
de parcs

**Ostréiculture**

**80 910**

tonnes d'huîtres  
produites/an  
= **403 millions d'€**  
de CA



**Mytiliculture**

**66 320**

tonnes de moules  
produites/an  
= **149 millions d'€**  
de CA



**Vénériculture**

**& cérestoculture**

**2 140**

tonnes de coques  
et palourdes  
produites/an  
= **12 millions d'€**  
de CA

## 1 Normandie • Mer du Nord

*Sur la côte Ouest du Cotentin  
et de Saint-Vaast la Hougue  
à Isigny-sur-Mer,  
jusqu'à la frontière belge.*

## 2 Bretagne Nord

*De la baie du Mont-Saint-Michel  
à la rade de Brest, en passant  
par les Côtes d'Armor et le nord  
du Finistère.*

## 3 Bretagne Sud

*De la baie de Douarnenez à l'estuaire  
de la Loire, en passant par la baie  
de Quiberon et le Croisic.*

## 4 Pays de la Loire

*Entre La Plaine sur Mer et la baie  
de l'Aiguillon, en passant par la baie  
de Bourgneuf, l'île de Noirmoutier  
et l'estuaire du Payré.*

## 5 Charente-Maritime

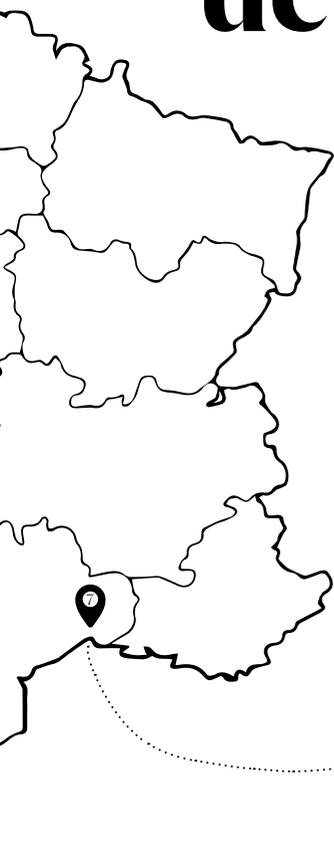
*De l'île de Ré à l'île d'Oléron  
et la région de Marennes,  
en passant par La Rochelle*

## 6 Arcachon-Aquitaine

*Vaste baie, le bassin d'Arcachon  
est un havre de paix au bord  
du tumultueux Golfe de Gascogne.*



# tour de France des 7 régions de production.



## 7 Méditerranée

*Les bassins de Thau et de Leucate,  
en passant par l'anse de Carteau,  
la baie Lazaret, sans oublier le Golfe  
du Lion et la Corse.*

*tour de France des 7 régions de production.*

# Normandie

## Mer du Nord : finesse & caractère

De la frontière belge au Mont-Saint-Michel, principalement sur la côte du Cotentin, les huîtres et les moules bénéficient de la richesse en plancton des eaux littorales brassées par les plus grandes marées d'Europe : jusqu'à 14 mètres d'amplitude et 6 kilomètres d'estran. Le littoral en pente douce permet aux conchyliculteurs normands de se rendre sur leurs parcs en tracteur.

**L'huître de Normandie**  
se décline en plusieurs variétés  
aux saveurs bien particulières :

**Les huîtres de la côte Ouest du Cotentin,**  
au goût corsé

**Les fameuses Saint-Vaast,**  
charnues et iodées

**Les irrésistibles d'Isigny sur Mer  
et d'Utah Beach,** douces et croquantes

**Les savoureuses de la Côte de Nacre,**  
au goût tonique

**Les uniques Veules les Roses,**  
charnues et croquantes



tour de France des 7 régions de production.

**Les zones de production des moules :**

- **Côte Ouest Cotentin** (*Manche*) : cette zone, principal site de production de moules de bouchot, comprend la bande littorale qui s'étend de Pirou à Donville-les-Bains et l'archipel de Chausey,
- **Utah Beach** : des bouchots à proximité des principaux sites du Débarquement de 1944,
- **La Picardie** (*Somme*) **et la Côte d'Opale** (*Pas-de-Calais*) : la mytiliculture a fait son apparition dans ces zones dans les années 1970.



**Zones de production de moules sur filière** : le secteur de Dunkerque.

**Zones de production de palourdes et de coques** : le secteur de Chausey.

Marques collectives	
L'huître de Normandie	La moule de bouchot de Normandie
Signes officiels de qualité	
Démarche I.G.P <sup>1</sup> S.T.G Moules de Bouchot <sup>2</sup>	

1. Indication Géographique Protégée | 2. Spécialité Traditionnelle Garantie



Pour en savoir plus sur les huîtres et les moules de Normandie  
[www.huitre-normandie.com](http://www.huitre-normandie.com)

# Bretagne Nord : générosité & harmonie

Avec son **paysage atypique**, son **climat tempéré** et ses **curiosités géographiques**, **la Bretagne est une région particulièrement favorable à l'élevage des huîtres.** De la baie du Mont-Saint-Michel à la rade de Brest, les baies et estuaires sont des abris propices à l'élevage des huîtres sur parcs estran ou en eaux profondes et des moules sur bouchot, filières ou poches.

<b>En Bretagne Nord,</b> on retrouve les huîtres :
<b>De Cancale</b> aux arômes vigoureux
<b>De la baie d'Arguenon</b> au bel équilibre de saveurs marines
<b>De la baie de Fresnaye</b> charnues au goût suave
<b>Les Paimpol</b> croquantes et salées
<b>De la rivière de Tréguier</b> fermes et généreuses
<b>Les Morlaix-Penzé</b> moelleuses aux fines saveurs d'algues
<b>Les nacres des Abers</b> gorgées d'arômes d'iode et de noisette
<b>De la rade de Brest</b> à la saveur puissante et harmonieuse

<b>Les moules de Bretagne Nord</b> sont cultivées sur bouchots, sur filières ou en poches, dans les 6 sites principaux :
<b>Les Abers</b>
<b>La baie de Lannion</b>
<b>La baie de Saint-Brieuc</b>
<b>La baie de la Fresnaye</b>
<b>La baie de l'Arguenon</b>
<b>La baie du Mont-Saint-Michel</b>

<b>Marques collectives</b>
Huîtres de Bretagne
Moules de Bretagne
<b>Signes officiels de qualité</b>
A.O.P. Moules de la baie du Mont-St-Michel S.T.G. Moules de Bouchot





tour de France des 7 régions de production.

# Bretagne Sud : fraîcheur & subtilité

Entre la baie de Douarnenez et l'estuaire de la Loire, **la Bretagne Sud est une région de baies et rias, privilégiée pour l'élevage des coquillages** : huîtres creuses, moules, coques et palourdes s'y retrouvent.

La région est aussi le berceau de l'huître plate et connaît une abondante reproduction en baie de Quiberon.

## En Bretagne Sud, une région riche :

**Du sud Finistère,**  
avec notamment l'Aven-Belon  
historiquement connu pour ses huîtres  
plates, en passant par la Ria-d'Étel

**La baie de Quiberon,  
le Golfe du Morbihan, les Penerf,  
Mesquer et Le Croisic,**  
ce sont autant d'espaces et de saveurs  
sauvages qui confèrent à nos huîtres  
un goût bien iodé et affirmé, typique  
de la région

Quant aux moules, **réputées charnues et savoureuses**, elles sont cultivées sur bouchots à Pénestin dans l'estuaire de la Vilaine. Des élevages sur filières en pleine mer les rendant plus toniques. **La Bretagne Sud est, également, l'un des premiers centres producteurs de coques**, sur les espaces sableux et riches en microalgues, de la baie du Croisic.

## Marques collectives

Huîtres de Bretagne

Moules de Bretagne

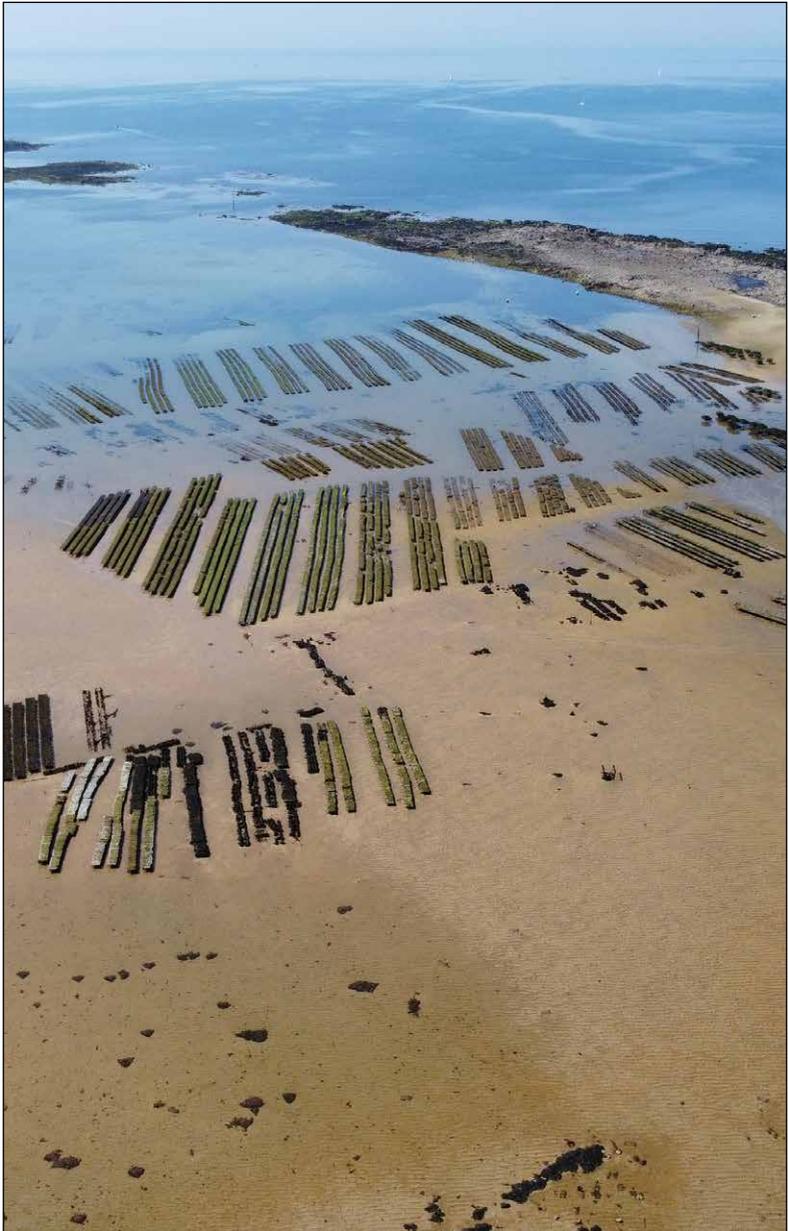
## Signes officiels de qualité

S.T.G<sup>1</sup> Moules de Bouchot

1. Spécialité Traditionnelle Garantie



Pour en savoir plus sur les huîtres, les moules  
et autres coquillages de Bretagne Sud  
[www.huitres-de-bretagne.com](http://www.huitres-de-bretagne.com)



## **Pays de la Loire :** terroir & exception

**Entre l'estuaire de la Loire et la Baie de l'Aiguillon, des femmes et des hommes contribuent chaque jour au rayonnement de la conchyliculture en Pays de la Loire.** La production de coquillages est entretenue par un savoir-faire ancestral, qui perdure au sein des différents bassins de production.

Proche de l'estuaire de la Loire, les huîtres de la Plaine-sur-Mer bénéficient des variations salines et proposent un goût d'exception qui s'accorde avec la qualité des moules produites également au cœur de ce bassin.

Plus bas, la production mytilicole de la Baie de Bourgneuf et de l'Île de Noirmoutier n'a pas à rougir. Également accompagné d'un savoir-faire ostréicole, ce bassin continue de parfaire la réputation de ses huîtres depuis le 18<sup>ème</sup> siècle. Les nappes d'eaux salées présentes dans la région permettent aux écloséries de produire des naissains, qui sont ensuite élevés dans d'autres zones de production.

La région Pays de la Loire est le premier producteur mondial de naissain d'huître creuse d'écloserie.

La conchyliculture en Loire-Atlantique et en Vendée est variée et le territoire possède quelques joyaux, tels que l'élevage des huîtres à l'estuaire du Payré ou encore la production de moules sur l'Île d'Yeu.

Berceau de l'élevage des moules sur Bouchot au 13<sup>ème</sup> siècle, la Baie de l'Aiguillon produit également des moules de filière, assortie d'un Label Rouge qui vient accompagner le signe spécialité traditionnelle garantie apposé sur les moules de Bouchot. Riche de diversité, la baie développe l'ostréiculture et délimite ainsi le territoire des Huîtres Vendée Atlantique qui démarre en bordure de l'estuaire de la Loire et finit sa course dans le pertuis breton.



tour de France des 7 régions de production.



**Les bassins de production ostréicoles sont :**

- Estuaire de la Loire (*La Plaine sur mer*)
- La baie de Bourgneuf et L'île de Noirmoutier (*la Bernerie, les Moutiers sont inclus dedans*)
- Estuaire du Payré (*À Talmont Saint-Hilaire*)
  - La baie de l'Aiguillon

**Les bassins de production mytilicoles sont :**

- Estuaire de la Loire
- La Baie de Bourgneuf & L'île de Noirmoutier
  - L'île d'Yeu
- La baie de l'Aiguillon



Pour en savoir plus sur les coquillages des Pays de la Loire  
[www.huitre-vendee-atlantique.fr](http://www.huitre-vendee-atlantique.fr) • [www.crc-pays-de-loire.fr](http://www.crc-pays-de-loire.fr)

# Charente-Maritime : tradition & excellence

## Les Huitres Charente-Maritime (HCM)

**Parfaitement identifiables par leurs saveurs équilibrées et la subtilité de leur chair, les huîtres de Charente-Maritime sont des coquillages de caractère.** Dotée d'un paysage particulier, la région est propice à l'élevage qui se pratique sur plus de 3000 ha de parcs en mer situés du Nord au Sud du territoire, allant du bassin de la Seudre à la baie de l'Aiguillon en incluant les îles d'Oléron, Aix et Ré. Ces huîtres, de gammes et de caractères diversifiés, sont **commercialisées sous la marque collective « Huîtres Charente Maritime (HCM) »**, sous laquelle se **regroupent plus de 900 professionnels du territoire.**

## Les Huitres Marennes-Oléron

Une **spécificité particulière du côté du bassin de Marennes-Oléron** : qui est **l'affinage en claires, anciens marais salants.** Il est reconnu que cette pratique améliore la qualité des huîtres de pleine mer à savoir le renforcement de l'étanchéité de la coquille et l'obtention du goût affiné (*moins salé*). Ces huîtres, produites uniquement sur cette partie du territoire, sont certifiées I.G.P par l'Europe et sont commercialisées sous l'appellation unique et contrôlée : « Huîtres Marennes-Oléron ».

Parmi ces huîtres, deux qualités sont certifiées Label Rouge (*qualité supérieure*) : la « fine de claire verte » (*verdissement naturel en claires*) et la « Pousse en Claire ». Cette dernière est un produit d'exception, très charnu et élevé en claires pendant 4 mois minimum.

## Les moules

Depuis des générations, c'est en Charente-Maritime, que sont produites, récoltées, contrôlées et conditionnées les moules de bouchot sous deux marques collectives, « La Charron » et la « Fort Boyard ». Depuis toujours réputées pour leurs qualités gustatives et nutritionnelles, les moules de bouchot se récoltent du début de l'été à la fin de l'automne.

D'autre part, la production de moules sur filière ou sur corde se développe. Elle permet d'obtenir une moule de grande qualité gustative et de belle taille. Les mytiliculteurs ont obtenu une reconnaissance et une certification Label Rouge sur ce mode d'élevage.



tour de France des 7 régions de production.



### Marques collectives

Huîtres Marennes-Oléron  
Huîtres Charente-Maritime  
Moules La Charron  
Moules Fort Boyard  
Moules de Filières Label Rouge

### Signes officiels de qualité

Huîtres Marennes-Oléron I.G.P<sup>1</sup> / C.C.P.  
Huître Fine de Claire Verte Label Rouge  
Huître Pousse en Claire Label Rouge  
S.T.G<sup>2</sup> Moules de Bouchot  
Moule de Filières Label Rouge

*1. Indication Géographique Protégée / 2. Spécialité Traditionnelle Garantie*

## Arcachon-Aquitaine : légèreté & douceur

**Au fond du Golfe de Gascogne se développent chaque année des huîtres d'une incroyable richesse.** Véritable mer intérieure au cœur de la forêt landaise, alimenté en eau douce par la Leyre et les grands lacs landais, **le Bassin d'Arcachon est propice à la production ostréicole, grâce à la qualité de ses eaux et ses vastes fonds sablo-vaseux.**

L'ostréiculture a profondément marqué les paysages du Bassin d'Arcachon depuis des siècles. **Les huîtres Arcachon Cap Ferret ont forgé l'identité de cette région au fil du temps.** En effet, cette activité ostréicole s'est développée progressivement, transformant ce territoire en un véritable terroir dédié à l'élevage des huîtres. Aujourd'hui, ces paysages emblématiques témoignent de l'histoire et du savoir-faire de nos ostréiculteurs.

Tuiles chaulées, pignots, chalands ostréicoles, parcs à huîtres, ou encore les ports, villages et cabanes sont des images emblématiques qui caractérisent ce petit coin de paradis qu'est le Bassin d'Arcachon.

**Le Bassin d'Arcachon compte plus de 300 entreprises parmi les 23 ports et villages ostréicoles,** chacun avec son charme et sa personnalité propre. Les ostréiculteurs accueillent chaleureusement les habitants et les visiteurs dans leurs cabanes pittoresques, offrant la possibilité de déguster des huîtres les pieds dans l'eau, dans un cadre authentique et convivial.

Il convient également de souligner que le Bassin d'Arcachon a acquis sa renommée en tant que bassin naisseur. En effet, il a fourni jusqu'à 70 % des jeunes huîtres nécessaires à la production française. Aujourd'hui encore des millions de collecteurs sont posés dans le Bassin pour permettre la reproduction des huîtres. Les conditions naturelles du Bassin sont idéales pour cette ponte : une température de l'eau comprise entre 21 et 24 °C, une luminosité suffisante et une salinité modérée.



tour de France des 7 régions de production.

Par ailleurs, le Comité Régional de la Conchyliculture Arcachon Aquitaine joue un rôle essentiel dans la préservation et la promotion de l'ostréiculture. En effet, le Comité regroupe trois marques collectives renommées :

• **Les Huîtres Arcachon Cap Ferret** •

Symbole emblématique du territoire, ces huîtres sont le fruit d'un savoir-faire ancestral transmis de génération en génération depuis le début du XIXe siècle. Elles se distinguent par leur goût subtil et leur fraîcheur inégalée.

• **Les Huîtres d'Hossegor** •

Sur l'un des plus petits sites ostréicoles de France, se perpétue un élevage né en 1876. Les huîtres d'Hossegor proviennent d'un environnement où la mer et la forêt s'harmonisent avec grâce. Ce site ostréicole unique est entouré de charmantes bâtisses de style basco-landais, conférant à l'endroit une atmosphère insolite et pittoresque. Le lac marin d'Hossegor, doté d'un fond sablonneux, est influencé par les marées, ce qui permet un élevage en surélevé. C'est ici que six ostréiculteurs passionnés veillent sur la production de ces huîtres rares, offrant une saveur agréablement iodée et sauvage.

• **Les Huîtres affinées en Médoc** •

Depuis 2014, ce berceau de l'affinage en marais offre un milieu d'une richesse exceptionnelle pour les huîtres. C'est ici que les huîtres du Médoc se parent de leur couleur bleutée caractéristique. Les six producteurs de ce petit site ostréicole vous proposent une expérience gustative unique. Grâce à une attention particulière et à un processus minutieux d'affinage, ces huîtres du Médoc se distinguent par une complexité aromatique remarquable.

Ainsi, sur ses 3 terroirs, la région d'Arcachon est un véritable écosystème propice à la production d'huîtres d'exception, témoignant de la symbiose harmonieuse entre la nature environnante et le travail passionné des ostréiculteurs.



Pour en savoir plus sur les Huîtres  
Arcachon Cap Ferret  
[www.huîtres-arcachon-capferret.com](http://www.huîtres-arcachon-capferret.com)



# Méditerranée : contraste & profondeur

La plus grande partie de la production se fait dans la lagune de Thau, bassin relié à la mer et qui regorge de qualités favorables à l'élevage des huîtres : la richesse du plancton, un bon taux de salinité et un climat méditerranéen. Célèbre pour ses huîtres de Thau, la côte méditerranéenne possède de nombreux autres sites de production tout autant fameux : Leucate, Vendres, Gruissan, Port Saint Louis du Rhône, Toulon et la Corse. L'élevage pratiqué en Méditerranée est spécifique, unique et identitaire : il se fait en suspension sur des « tables », mais également en pleine mer pour des produits au goût plus prononcé. Les coquillages de Méditerranée sont élevés sur cordes en immersion continue en eaux profondes, et profitent ainsi pleinement de la richesse des fonds marins.

## Les principales variétés d'huîtres sont :

**Les fameuses huîtres de Thau**, fermes et fondantes au petit goût de noisette

**Les huîtres à la chaire fine et délicate du bassin de Leucate**

**Les huîtres de Gruissan et Vendres**, élevées en pleine mer, ont le bon goût du large

**Les huîtres de Camargue** (*Port-Saint-Louis-du-Rhône*) savoureuses et fermes

**Les huîtres de Tamaris** (*Toulon*), fermes et délicates

**Les huîtres corses**, goûteuses, sont bien charnues

Les moules de Méditerranée, de l'espèce *Gallo Provincialis*, sont élevées essentiellement en suspension en pleine eau, dans des parcs ou sur des filières, au large des côtes. Charnue et savoureuse, la moule de Méditerranée est plus grosse que la moule de l'Atlantique et permet ainsi toutes les recettes. Sa coquille bien en relief de couleur bleu-violet est caractéristique de cette espèce, d'où son sobriquet de « moule bleue de Méditerranée ».

## Marques collectives

Huîtres de Méditerranée élevées sur cordes

Moules de Méditerranée élevées sur cordes

Projet IGP « Huîtres de Thau »  
et Label Rouge « spéciales  
de Méditerranée » en cours



Pour en savoir plus  
sur les huîtres  
de Méditerranée  
[www.huitresdemediterranee.fr](http://www.huitresdemediterranee.fr)





# expédition & conditionnement.

Une phase essentielle de l'expédition consiste dans la « finition » des coquillages : c'est-à-dire un entreposage dans une eau de mer dont la qualité doit être irréprochable, soit dans des bassins ou dégorgeoirs, soit dans des sites naturels affectés à cette fin. C'est là que les coquillages, provenant obligatoirement de zones autorisées, vont éliminer sable et gravier. Une fois les coquillages propres, ils sont calibrés et emballés. Les huîtres sont placées dans des bourriches fermées par un couvercle cerclé. L'étiquetage des bourriches est obligatoire et doit rester en place jusqu'à l'étal de vente.

## Les grossistes

Ils réceptionnent les envois des expéditeurs et les revendent aux détaillants poissonniers, restaurateurs ou collectivités. Ils peuvent être des mareyeurs qui vendent coquillages aussi bien que poissons et marées. Ils contribuent à assurer un approvisionnement régulier tout au long de l'année.

## Les points de vente

- L'entreprise : la vente directe
- Les poissonneries sédentaires ou les marchés
  - Les grandes surfaces
- Les restaurants pour lesquels les écaillers jouent un rôle primordial dans la réputation des établissements gastronomiques.

## Décryptage d'une étiquette

<p>Coordonnées</p>	<p>PRODUCTEUR DE COQUILLAGES  <b>NOM Prénom</b>                  Adresse • CP Ville                  Tél. 04 67 00 00 00</p>	<p>Pays expéditeur et n° agrément du centre d'expédition</p>
<p>Nom du coquillage</p>	<p><input type="checkbox"/> <b>HÙITRES CREUSES</b> Crassostrea gigas ELEVEES EN FRANCE</p>	<p>Date de conditionnement</p>
<p>Nom scientifique</p>	<p><input type="checkbox"/> <b>MOULES</b> Mytilus galloprovincialis ELEVEES EN ESPAGNE</p>	<p>Day of conditioning</p>
<p>La mention d'origine doit être indiquée sur l'étiquette sanitaire, sur le document d'accompagnement (facture ou bon de livraison) ou sur l'étal en cas de vente directe</p>	<p><b>CES ANIMAUX DOIVENT ÊTRE VIVANTS AU MOMENT DE L'ACHAT</b></p>	<p>Mentions "Ces animaux doivent être vivants au moment de l'achat" ou à défaut date de durabilité</p>



# à consommer en toute confiance.

**En France, la qualité sanitaire des coquillages est très suivie**, et ce, tout au long de la chaîne de production : à la fois **par les services de l'État et par les professionnels de la conchyliculture eux-mêmes**, mais aussi **par les scientifiques**, qui observent quotidiennement le milieu marin.

Sous l'autorité de la Direction Générale de l'Alimentation (*DGAL*) relevant du Ministère de l'Agriculture et de la Souveraineté alimentaire, les réglementations européennes et françaises relatives à la sécurité sanitaire des coquillages sont mises en application par les services de l'État et leurs partenaires afin de garantir une qualité optimale des coquillages aux consommateurs.

Tout d'abord, la qualité des eaux littorales où sont élevés les coquillages est contrôlée toute l'année par les services de l'État qui s'appuient sur des réseaux de laboratoires agréés. L'élevage des coquillages est autorisé uniquement dans des zones bien définies. La surveillance de ces zones se compose de 3 dispositifs de veille :

**Le réseau de surveillance microbiologique (*REMI*)**  
est chargé d'évaluer les niveaux de contamination microbiologique du milieu marin, en particulier dans les bassins conchylicoles.

**Le réseau de surveillance des phycotoxines (*REPHYTOX*)**  
contrôle en particulier les types de toxines susceptibles de présenter un risque pour le consommateur.

**Le réseau ROCCH** suit l'évolution et les tendances des contaminants chimiques dans les zones de production conchylicole.

En cas d'alerte sanitaire sur un de ces dispositifs, le préfet, représentant de l'État en région, peut être amené à interrompre temporairement la mise sur le marché des coquillages jusqu'au rétablissement des seuils de conformité. Des retraits du marché de ces lots peuvent aussi être prononcés. Les consommateurs sont alors informés soit directement par le conchyliculteur en cas de vente directe, soit au niveau du point de vente/ou de consommation des coquillages (*supermarchés, restaurants, ...*).

Ensuite, une fois les coquillages sortis de l'eau et entreposés dans les établissements conchylicoles, des contrôles stricts des produits et des locaux sont réalisés par les services des Directions départementales de la protection de la population (DDPP) selon des protocoles définis par les entreprises et validés par les services de l'État.

Enfin, pour expédier et commercialiser des coquillages, les entreprises conchylicoles doivent disposer d'un agrément sanitaire délivré par les services de l'État. Lors de la mise sur le marché, les entreprises conchylicoles garantissent à leurs clients le respect des critères sanitaires (*microbiologiques et phycotoxiques*) et une qualité organoleptique optimale des produits (*fraîcheur et vitalité*). Ces garanties sont contrôlées par la Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (DGCCRF).



# services écosystémiques.

## **Que sont les services écosystémiques ?**

Ils correspondent aux biens et aux services que l'homme peut tirer d'un écosystème, et qui participent à son bien-être. Ces services peuvent être extrêmement variés : production de nourriture, accès à une eau saine, etc. Mais il peut aussi s'agir de services immatériels, plus abstraits, comme la possibilité d'exercer un loisir, de s'enrichir en découvrant de nouvelles cultures et traditions... ou d'avoir le plaisir d'acheter directement ses huîtres au producteur et de les consommer au bord de l'eau ! Tant que les écosystèmes sont en bonne santé, nous bénéficions de ces services, à titre individuel ou en tant que communauté, souvent sans vraiment nous en rendre compte.



La conchyliculture en France dépend très étroitement du bon fonctionnement naturel des écosystèmes marins, et ne nécessite qu'un faible degré d'intervention sur le milieu. Les parcs conchylicoles sont comparables à de petits écosystèmes semi-naturels, inclus dans un écosystème naturel plus large, et qui sont susceptibles de fournir eux aussi des services à l'homme.

La conchyliculture rend des services éco-systémiques en plus de son rôle économique de création de richesse, en favorisant par exemple la biodiversité marine locale.

Ci-dessous une sélection des services écosystémiques de la conchyliculture reconnus par la communauté scientifique. Ces services dépendent de mécanismes biologiques extrêmement complexes et d'interactions entre les composantes écologiques, économiques et sociales et varient donc, d'un bassin conchylicole à l'autre.







### Production de denrées alimentaires et de matériaux

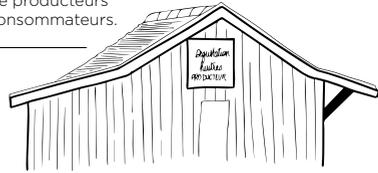
Les huîtres et les moules constituent aujourd'hui 96 % de la production française de coquillages d'élevage. Elles sont pour l'essentiel consommées sur le territoire national. Leur chair, riche en vitamines et en minéraux essentiels, est d'excellente qualité nutritionnelle. Les sous-produits coquillers ou animaux ont une kyrielle d'applications et de débouchés. Pour ne citer qu'elles, les coquilles d'huîtres peuvent être valorisées comme amendement calcaire, complément alimentaire pour animaux, ou matériau de construction, mais aussi pour les produits pharmaceutiques et cosmétologiques.

### Limitation des risques de "marée verte"

Les apports d'azote d'origine terrestre sont importants sur les littoraux français et peuvent déclencher une croissance excessive des algues vertes néfastes pour l'environnement : ce sont les blooms d'algues... La récolte des coquillages permet de retirer du milieu l'azote assimilé par l'animal lorsqu'il se nourrit. La dégradation naturelle des fèces et pseudo-fèces par des bactéries spécialisées transforment une partie de l'azote de ces biodépôts en azote gazeux qui rejoint l'atmosphère : c'est la dénitrification. Ces deux voies d'extraction d'azote limitent le risque de « marée verte ».

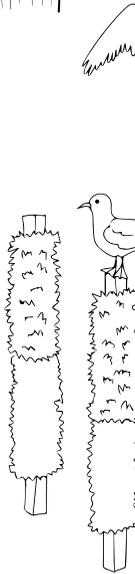
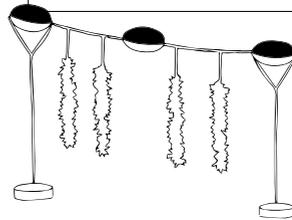
### Tourisme et écotourisme

Pouvoir consommer les coquillages à proximité du site de production favorise le tourisme littoral. Ventes directes et visites des exploitations permettent des rencontres enrichissantes entre producteurs et consommateurs.



### Clarification de l'eau

Les huîtres et les moules se nourrissent de phytoplancton et de matières organiques en suspension en filtrant l'eau. Les particules non retenues par l'animal (*pseudo-fèces*) ainsi que les produits de la digestion (*fèces*) se déposent sur le fond. L'eau s'éclaircit, la lumière pénètre davantage, favorisant la photosynthèse. Cela peut être favorable au développement de macroalgues et à des habitats essentiels comme les herbiers de zostères.



### Création d'habitats

Les structures d'élevage (*tables ostréicoles, filières, bouchots*), ainsi que les coquilles des huîtres et des moules fournissent des supports de fixation à des espèces de substrats durs généralement absentes des zones conchylicoles où les fonds marins sont essentiellement meubles. Les débris d'origine animale et végétale et les coquillages attirent également des prédateurs qui bénéficient de cette source de nourriture abondante et facilement accessible. La biodiversité augmente localement.

### Amélioration de la qualité sanitaire de l'eau

La conchyliculture est dépendante de la bonne qualité de l'eau ; elle incite à prendre des mesures de contrôle de la pollution, et favorise ainsi indirectement l'amélioration de la qualité du milieu. De plus, les coquillages d'élevage participent directement au maintien de la qualité sanitaire des eaux côtières : en concentrant les micro-organismes présents dans l'eau, ils épurent le milieu.

### Loisirs nature

La fréquentation des parcs conchylicoles par de nombreuses espèces d'oiseaux en fait des sites d'observation favorables pour les ornithologues.

### Patrimoine gastronomique

Les fruits de mer occupent une place importante dans le patrimoine gastronomique français. Les huîtres et les fameuses « moules-frites » font partie des plats préférés des Français.

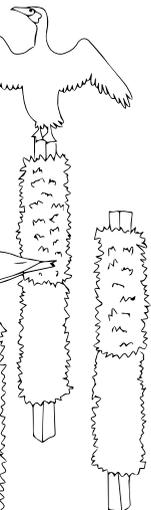


### Patrimoine culturel

Les pratiques conchylicoles font partie intégrante du patrimoine culturel français. La méthode d'élevage de moules sur bouchots par exemple est une technique spécifiquement française. La conchyliculture participe à l'attractivité des territoires littoraux.

### Lien social

La consommation d'huîtres et de moules est associée à des repas festifs, célébrés ou conviviaux. « Fêtes de la moule », « fêtes de l'huître » et autres festivals gastronomiques créent du lien social et procurent des moments de bien-être.







COMITÉ  
NATIONAL  
DE LA  
CONCHYLICULTURE

Comité National de la Conchyliculture

84 Rue d'Amsterdam • 75009 Paris  
01 42 97 48 44 • coquillages.com  
communication@cnc-france.com



Nos partenaires



Cofinancé par  
l'Union européenne



MINISTÈRE  
DE L'AGRICULTURE  
ET DE LA SOUVERAINETÉ  
ALIMENTAIRE

Liberté  
Égalité  
Fraternité



SECRETARIAT D'ÉTAT  
CHARGÉ DE LA MER

Liberté  
Égalité  
Fraternité

hello.

© Agathe Duchesne,  
CNC, CC-BY, CC-BN,  
CNC, CC-BY, CC-BN,  
Bastien, JP Bellon, MPC  
Studio, PCC, Sébastien  
Huatié