



nfm  
NORMANDIE  
FRAICHEUR MER  
Pour une pêche responsable

Préserver les richesses de la mer,  
et les faire découvrir !

*Saint-Jacques lutées  
fumet de cèpes et parfum d'orange*



# Saint-Jacques lutées

fumet de cèpes et parfum d'oranges

Recette à préparer en 35 minutes

Difficulté : 

Budget : *Moyen*

Recette de Michel BRUNEAU, Cuisinier à Clinchamps sur Orne (14)

## Ingrédients pour 4 pers. :

12 noix de coquilles Saint-Jacques  
4 coquilles nettoyées (fond et couvercle)  
1 orange  
200 g de cèpes (bouchon)  
50 g de beurre demi sel d'Isigny  
50 g de beurre doux d'Isigny  
1 verre de cidre  
sel, poivre  
1 carotte  
1 oignon  
1 poireau  
1 navet (ou autre racine)  
persil, cerfeuil  
pâte feuilletée

## Coquille Saint-Jacques



### Pecten maximus

La Normandie est la 1<sup>ère</sup> région française de pêche de coquille St-Jacques. Deux labels rouge y ont été obtenus pour ce précieux coquillage, pêché chaque jour à la drague, par des bateaux de 10 à 16 m.

Saisonnalité	Jan	Fev	Mar	Avr	Mai	Jui	Juil	Aou	Sept	Oct	Nov	Dec
Absent	Basse saison	Moyenne saison	Haute saison									

**Préparation :** Emincer finement carotte, oignon, poireau et navet. Faire suer tous ces légumes au beurre doux.

En fin de cuisson, ajouter les cèpes bien nettoyés et cuire le tout quelques minutes.

Disposer au fond de chaque coquille creuse, une rondelle d'orange.

Mettre dessus les 2/3 des légumes et 3 noix de Saint-Jacques par coquille. Recouvrir des légumes restant. Saler et poivrer.

Ajouter une noix de beurre demi sel, 1 cuillerée de cidre. Refermer avec la coquille du dessus (plate).

Entourer d'une bande de pâte feuilletée pour fermer hermétiquement et cuire ainsi 8 minutes à 200°C.



GROUPEMENT QUALITE  
DES MARINS-PECHEURS  
CRIEES ET MAREYEURS  
DE BASSE-NORMANDIE  
10, Avenue du Général  
De Gaulle - BP n°27  
14520 PORT EN BESSIN  
0231 51 21 53 - lettre@nfm.fr

## www.nfm.fr

Pour découvrir la Pêche de Normandie :

+ 550 recettes,

des conseils de préparation,

de cuisson, de conservation,

les bienfaits nutritionnels, ... , pour

+ 50 poissons, coquillages et crustacés !



Crédit photo : NFM - Orep Editions



Imprimé avec des encres végétales  
sur du papier issu de forêts gérées

