



# LA COQUILLE SAINT-JACQUES



**Nom commun :** La coquille Saint-Jacques

**Nom scientifique :** *Pecten maximus*

**Nom commercial :** Coquille Saint-Jacques



**Saisonnalité :**

Octobre à mars



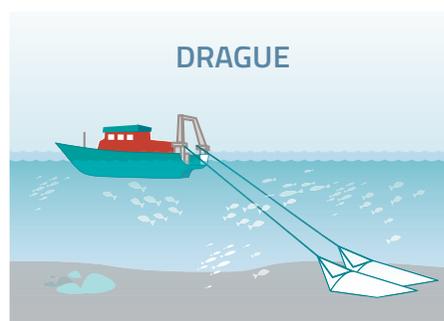
**Lieu et mode de vie :**

La coquille St Jacques est présente sur les fonds sablo-vaseux en atlantique nord est. Elle est particulièrement abondante sur des gisements identifiés (ex Baie de St Brieuc, les glénans, Belle Ile, plateau du four...).

La coquille St Jacques est un filtreur qui se nourrit de phytoplancton. Elle peut se déplacer relativement vite sur de courtes distances en faisant claquer ses valves pour expulser rapidement l'eau (hydropropulsion).



**Techniques de pêche :**



**Les Pêcheurs de Bretagne**

La coquille Saint-Jacques bretonne, exclusivement pêchée par une flottille de navires côtiers, se présente différemment selon son terroir, sans corail à Saint-Brieuc, avec à Brest, Quiberon et aux Glénans.



**L'acheter, le consommer, le cuisiner**

Pour s'assurer que les coquilles sont bien vivantes, elles doivent se refermer vivement, claquant dès qu'on les touche. A l'état frais, les noix doivent avoir une coloration blanc cassé, avec des reflets irisés. Sa chair, extrêmement fine et estimée des gourmets, est riche en éléments minéraux, phosphore, sodium et potassium en particulier, et en vitamines, C et PP. De digestion facile, on la recommande aux enfants et aux personnes à l'estomac délicat. Il est recommandé de faire cuire très peu le mollusque.

*Le saviez-vous ?*

La coquille s'est imposée comme attribut de l'apôtre et prit le nom de Saint-Jacques. Elle est même devenue l'emblème des pèlerins de Saint-Jacques de Compostelle, voire de tous les pèlerins.

Le symbole est souvent cousu sur le chapeau, sur le sac ou sur le manteau des marcheurs. Il est possible de connaître l'âge d'une coquille Saint-Jacques en comptant les stries de croissance de sa coquille, comme un arbre !



**Recette**

**Saint-Jacques à la moëlle,  
purée de potimarron**



**Découvrez notre recette de chef !**  
Cuisiner les coquillages pêchés par les pêcheurs de Bretagne, c'est s'engager pour la gestion du présent et la préparation du futur.