



Le programme Mr.Goodfish dévoile sa liste de recommandations pour l'hiver ainsi qu'une recette pour les fêtes de fin d'année

Mr. Goodfish présente ses nouvelles recommandations d'hiver et une recette de coquilles Saint-Jacques pour les fêtes.

C'est dans le but d'éclairer les plus grands chefs mais aussi tous les amateurs de cuisine durable que Mr.Goodfish, le programme européen dédié à la sensibilisation du public à la consommation responsable des produits de la mer, dévoile chaque saison sa sélection de produits de la mer conseillés par des spécialistes en ressources marines.



Toujours soucieux de valoriser les produits de la mer durables, cet hiver, les experts ont choisi de mettre en avant des espèces abordables et délicieuses comme l'Eglefin ou le Merlu !

DES CRITÈRES SCIENTIFIQUES PRÉCIS POUR ÉTABLIR LES LISTES DE RECOMMANDATIONS

Le programme Mr.Goodfish adopte une approche totalement positive. Celle-ci se base sur quatre critères scientifiques étudiés chaque trimestre : l'état de la ressource, la taille, la saison et le statut de l'espèce selon les derniers avis du CIEM (Conseil International pour l'exploitation de la Mer) sur les stocks, qui sont délivrés chaque année. Ce programme s'appuie sur ses coordinateurs locaux : Nausicaá, la Conserverie Artisanale de Keroman et la Fondation Prince Albert II de MONACO. Ces Comités sont composés de scientifiques, représentants des groupements, pêcheurs, transformateurs, mareyeurs, restaurateurs, poissonniers, grande distribution et associations de consommateurs. Le but de cette démarche est de protéger les espèces fragilisées par la consommation d'autres stocks disponibles en abondance. Ces espèces sont issues de la zone Atlantique Nord, de la Méditerranée et des Outre-Mers. Le programme émet également des recommandations pour les espèces d'élevage dont les cahiers des charges strictes, sont respectés par les producteurs engagés.





UNE RECETTE D'EXCEPTION POUR DES FÊTES INOUBLIABLES

Comme il est plus facile de valoriser les produits de la mer lorsque l'on a des recettes faciles à réaliser pour les sublimer, Mr.Goodfish propose de découvrir la recette du chef du restaurant Auguste à Paris, Gaël Orioux.

Le chef d'origine bretonne Gaël Orioux, engagé au bénéfice d'une pêche plus saine et figure emblématique du monde de la gastronomie partage généreusement une recette pour sublimer les Saint-Jacques lors des festivités. Ces délicieuses coquilles, provenant de stocks abondants et durables, sont mises à l'honneur dans une création culinaire idéale pour cette fin d'année.



Gaël Orioux
Parrain de Mr.Goodfish

“ C'est important de raconter une histoire au client et lui rappeler que, derrière un plat, il y a des mers et un océan. ”

Saint-Jacques au Poêlon, Bavaroise de Porto

Saveurs d'automne par Gaël ORIEUX

Nom commun :
Coquille Saint-Jacques

Nom scientifique :
Pecten maximus

Origine :
Sauvage

Zone de pêche :
Golfe du Lion
Manche

Taille minimale :
11 cm*

* Les tailles indiquées sont les tailles à partir desquelles le poisson a statistiquement toutes les chances de s'être reproduit au moins une fois. Ce sont donc les tailles minimales recommandées par Mr.Goodfish.

Mr.Goodfish

Pour 4 personnes

20 pièces de St-Jacques
40 g d'huile de pépin de raisin
20 g de beurre ½ sel

Bavaroise de porto
100 g d'échalote
40 g de beurre
½ L de porto
1 ½ feuilles de gélatine

Crèmeux de châtaigne
200 g de châtaignes cuites
¼ L de crème liquide
40 g de poireaux
40 g d'oignons
40 g de beurre
80 g de châtaignes cuites
20 g de beurre
20 g de truffe

Idée recette

PRÉPARATION DES SAINT-JACQUES
Ouvrir les coquilles à l'aide d'un petit couteau, enlever la barde de la noix et rincer à l'eau froide. Réserver au réfrigérateur.

PRÉPARATION DE LA BAVAROISE
Ciseler finement les échalotes. Dans une petite casserole, faire fondre doucement le beurre et ajouter les échalotes. Une fois cuit, ajouter le porto rouge en laissant réduire pratiquement à sec, puis mouiller avec la crème liquide et laisser encore réduire cette fois à moitié. Pour finir, ajouter les feuilles de gélatine, préalablement trempée dans l'eau et pressée. Mettre dans un cul de poule et le poser sur glace. Travailler au fouet, doucement, afin d'obtenir un appareil onctueux.

PRÉPARATION DU CRÈMEUX DE CHÂTAIGNE
Ciseler finement l'oignon et le poireau, suer au beurre et ajouter les châtaignes, la crème liquide et le lait. Laisser cuire le tout pendant 30 minutes, mixer au blender et passer au chinois fin. Rectifier l'assaisonnement.

Poêler les noix de Saint-Jacques vivement avec l'huile de pépin de raisin. Prendre la bavaroise et faire une quenelle à l'aide d'une cuillère chaude. Disposer le tout sur assiette avec un peu de crème de châtaigne chaude, de la julienne de truffe et quelques châtaignes entières passer au beurre.

www.mrgoodfish.com

Tout savoir sur le programme Mr.Goodfish

Lancé en mars 2010 en France par Nausicaá, Centre National de la Mer, en Italie par l'Acquario di Genova et en Espagne par l'Aquarium Finisterrae, le programme européen « Mr.Goodfish » a pour but de sensibiliser le public à la consommation responsable des produits de la mer. Le programme vise à rendre le public acteur pour la préservation des ressources marines en publiant, chaque saison, une liste de produits de la mer conseillés par des spécialistes en ressources marines.

Le but de cette démarche est de préserver les stocks de produits de la mer fragilisés en consommant d'autres stocks disponibles en abondance.

Ainsi, si chaque français consommait une espèce conseillée par Mr.Goodfish simplement une fois par an, ce sont 18 000 tonnes d'espèces menacées qui pourraient être sauvegardées. Depuis 2017 le programme Mr.Goodfish émet également des recommandations concernant les produits issus de l'aquaculture. Toutes les informations et recommandations du programme sont disponibles sur le site [Mr.Goodfish](https://www.mrgoodfish.com) ou l'application mobile <https://www.mrgoodfish.com/accueil-3/application-mr-goodfish/>

« Bien choisir son poisson, c'est bon pour la mer, c'est bon pour vous »