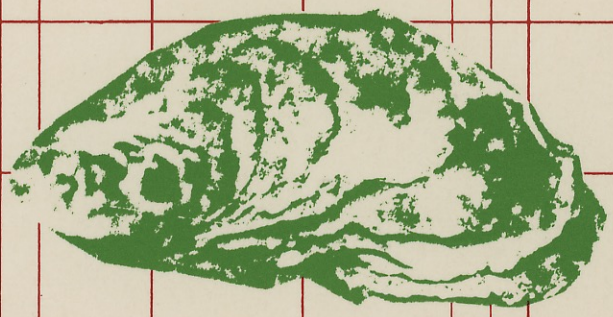
Les bonnes choses

ALAIN BERNARD

LA CUISINE DES HUITRES



utovie

Au bord des "parcs" au restaurant, ou chez soi, les huîtres font figure de mets parfois exceptionnel.

Quel dommage!

S'il est toujours agréable de les déguster "nature" sachez-le : de multiples possibilités s'offrent à vous pour varier votre plaisir.

Alain Bernard, journaliste à "Sud-Ouest" a réuni ces recettes traditionnelles, originales, folkloriques ou classiques, afin de vous permettre de profiter des huîtres, à toutes les sauces, à tous les plats et, pourquoi pas, en toutes saisons!

ISBN 2-86819-306-4

alain bernard

LA CUISINE DES HUITRES

AU MENU

Présentation

P. 3 UNE AVENTURE

P 7 PETITE HISTOIRE GASTRONOMIQUE

Recettes

P 11 DE FAÇON TRES CRUE

P 14 FRITES OU GRILLEES

P 19 L'EPREUVE DU FEU

P 27 DU FOUR AU GRATIN

P 33 COTE FARCES

P 37 LES BROCHETTES DEGAINEES

P 45 BONNES PATES

P 51 LES CORDONS BLEUS

P 65 PAR ICI LA BONNE SOUPE

P. 69 MARIEES AUX VINS

P. 73 QUELQUES CHEFS S'EN MELENT

Compléments

P 81 CE QU'IL FAUT AUSSI SAVOIR

P 85 Table détaillée des recettes

P 89 ADRESSES UTILES

A Dany
Vanessa
Florian

Une Aventure

« Et surtout, n'oublie pas de parler des huîtres américaines au ketch-up!» m'avait lancé Hubert Charpentier à Grand-Piquey alors que je revenais de chez Jean-Loup Deschamps, inventeur d'un ouvre-huîtres révolutionnaire à Piraillan. Et, fidèle, une collègue m'avait fourni, avec taquinerie, une recette inédite : *« Tu prends une huître et un couteau, tu places le couteau dans ta main droite si tu es droitier, dans ta main gauche si tu es gaucher et tu attaques. .»*

En revanche, l'idée de ce recueil qui avait subitement germé en ce printemps dans la tête de mes éditeurs, attirait des sympathies spontanées : Pierre Denjean confiait ainsi quelques secrets du *« Petit traité de gastronomie marine locale »* qu'il avait écrit en 1934 à Mestras sans

jamais l'éditer. C'est de Gujan-Mestras aussi que Jacques Chapelet, un "amateur d'huîtres" (selon sa propre et laconique définition) envoyait, amoureusement découpées depuis des années, des recettes glanées ici et là au fil de publications quasi-confidentielles ou prestigieuses.

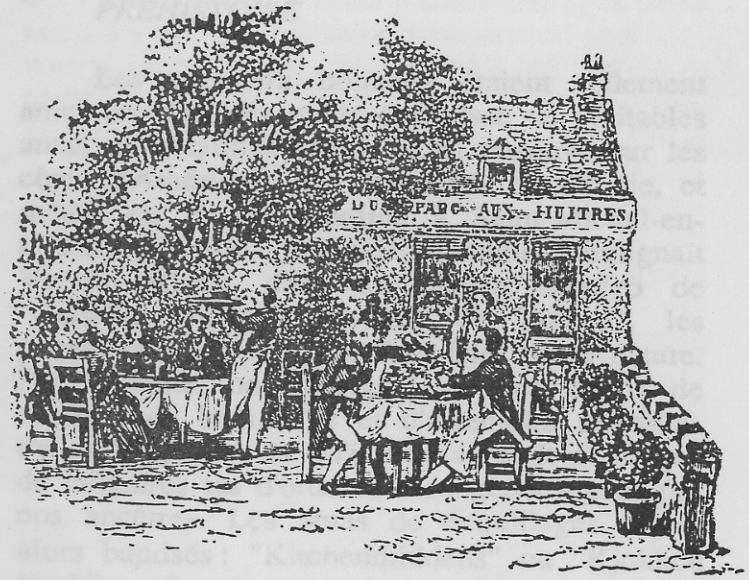
A la section régionale ostréicole du Bassin d'Arcachon, le président Bidondo et sa secrétaire Françoise raclaient leurs fonds de tiroirs à recettes. Tout comme au Fonds d'Organisation du Marché de l'Aquitaine (F.O.M.A.) pour la conchyliculture, Rémi Kleine et Madame Pettinotti.

De son côté, un ostréiculteur gujanais, René Ariscon, prêtait une précieuse collection ancienne de "Cultures maritimes Rivages de France", riche en secrets gourmands. Non sans avoir au passage, rappelé ce mot merveilleux de l'historien testerin, Gilbert Sore : *« Il y a dans ce pays une synthèse profonde, un mariage mystique de la houle des grands pins et de celle de la mer .»*

Un appel dans "Sud-Ouest" et quelques lecteurs complices répondaient eux aussi, confiant de menus trésors cachés d'un patrimoine culinaire renouant avec les grandes (et les plus fragiles) traditions. Quelques emprunts à d'anciens numéros de. "Modes et Travaux", Clair Foyer", "Gault-Millau", voire "L'Est Républicain", la redécouverte de plaquettes du Comité Interprofessionnel de la Conchyliculture, et la boucle se bouclait avec telle recette ramenée d'outre-Atlantique par Dieter Schmid, biologiste allemand d'Arcachon!

Voici donc, sans épuiser (loin de là) le sujet, ces recettes appétissantes concernant les huîtres. De celles que l'on savoure dans les cabanes au retour des parcs sous des cieux hivernaux, à celles que magnifient des chefs en veine de création. Ce recueil n'a en fait qu'une prétention combler une lacune, puisqu'aussi bien il ne semble guère avoir de "concurrent" Une preuve, s'il en était besoin, que l'aventure est bien au coin de la rue... ou, pourquoi pas, de la poêle à frire!

Alain Bernard



Petite Histoire Gastronomique

PREHISTOIRE

Les premiers hommes étaient tellement amateurs d'huîtres qu'ils ont laissé de véritables amas de coquilles vides, qu'on retrouve sur les côtes d'Amérique, du Danemark ou d'Italie, et même en France, comme à Saint-Michel-en-L'Herm (Vendée). Les paléontologues, soulignait Vivette Rivals dans un ancien numéro de "Cultures marines - Rivages de France", les prirent d'abord pour des fantaisies de la nature. Par la suite, on s'aperçut que des débris de charbon de bois, d'os et d'ustensiles travaillés s'y mélangeaient et qu'il ne s'agissait donc que de vulgaires tas d'ordures ménagères légués par nos ancêtres. Les amas de coquillages furent alors baptisés : "Kitchenmiddens" ou "Kjokken moddinger", soit... débris de cuisine!

ANTIQUITE

Les Chinois, très friands d'huîtres, apprirent très vite à les cultiver, tandis que les Hébreux les considéraient comme un mets impur. Les Athéniens en faisaient une très grande consommation et elles jouèrent même un rôle politique à Athènes en servant de.. bulletins de vote. En effet, la ville, en 509, était gouvernée par le tyran Pisistrate. Un référendum, à l'aide de coquilles vides (ostrakon) eut lieu, et Pisistrate fut condamné à l'exil avec toute sa famille. C'est de là que vient le mot "ostracisme"

Les huîtres étaient un des plats favoris des Romains qui dépensaient des fortunes pour contenter leur gourmandise certaines étaient même importées d'Angleterre. Pline affirmait *« Les huîtres sont si tendres, si juteuses, si succulentes, si délicieuses que le poète ne pourrait trouver de meilleure comparaison pour une charmante jeune fille »*. Horace faisait l'éloge des huîtres du Cap Circé. Néron pouvait, du premier coup, déterminer leur provenance. Sénèque lui-même s'en régalait et leur dédia des louanges. Vitellius pour sa part en mangeait quatre fois par jour!

TEMPS MODERNES

Les Français ne pouvaient ignorer ce mets de choix. On dit qu'Henri IV, abandonné par les médecins, se guérit d'une fièvre quarte *« en mangeant force huîtres et en buvant force hypocras »*. Ambroise Paré en personne soigna la peste en appliquant sur les bubons... un amalgame d'huîtres pilées avec leurs coquilles.

Sous Louis XIV, explique encore Vivette Rivals, seigneurs et bourgeois dégustaient les huîtres. Bien entendu, les arts s'en étaient mêlés et Rabelais le premier ne priva pas son Gargantua de ces délicieux mollusques.

La Fontaine en fit une fable, et le peintre Jean-François de Troy peignit, en 1727, "Le déjeuner des Huîtres"...

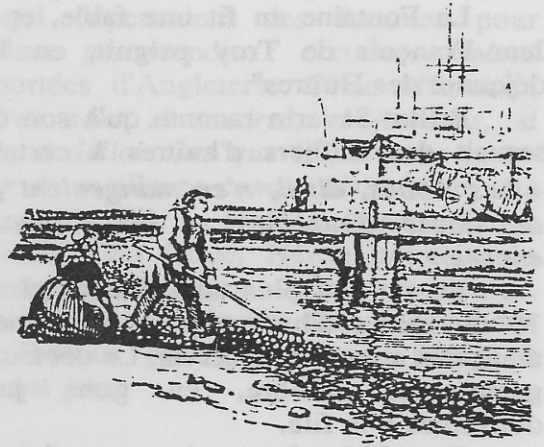
Brillat-Savarin raconte qu'à son époque on servait des milliers d'huîtres à certains repas. *« Les Abbés, dit-il, n'en mangeaient pas moins de douze douzaines et les Chevaliers plus encore.»*

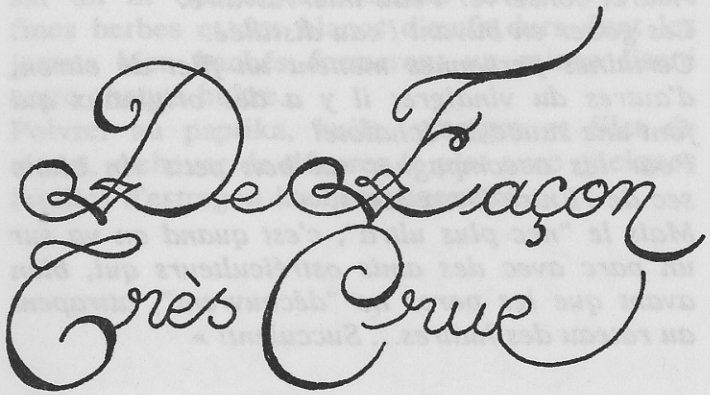
Et, un peu plus tard, Balzac absorbait 8 à 10 douzaines d'huîtres par repas, indépendamment des autres mets servis. Le docteur Gastaldi, gastronome célèbre, en goba jusqu'à 40 douzaines à la file.

En 1870, alors qu'aucune victuaille n'entrait plus dans Paris assiégé, un quidam s'étant faufilé jusqu'aux avant-postes ennemis, acheta à

un soldat prussien une douzaine d'huîtres pour 12 francs. Il la revendit 100 francs à un grand restaurant du boulevard Montmartre, lequel les servit à 20 francs pièce. Pour finir, les coquilles, pieusement conservées à titre de souvenir, furent vendues à 32 francs l'une à un riche Américain…

Mais, entrons plutôt dans le vif du sujet, avec recettes d'hier et d'aujourd'hui.





huîtres... fraîches

Pour commencer... par le commencement, un ami arcachonnais de la nature, explique comment goûter les huîtres fraîches :
« Ne les ouvrir que peu de temps avant le début du repas. Laisser le couvercle sur la valve inférieure, conserver l'eau intervalvaire.
Les gober en buvant l'eau distillée.
Certaines personnes mettent un filet de citron, d'autres du vinaigre; il y a des originaux qui font une sauce à l'échalote!
Pour les accompagner un bon petit vin blanc sec de l'Entre-Deux-Mers.
Mais le "nec plus ultra" c'est quand on va sur un parc avec des amis ostréiculteurs qui, bien avant que les parcs ne "découvrent" attrapent au râteau des huîtres. Succulent! »

huîtres en salade

Faire ouvrir les huîtres.
Les mettre dans un saladier avec huile, vinaigre, sel et poivre, tout simplement!

huîtres marinées

Les ingrédients : huîtres, échalotes, fines herbes, œufs durs, paprika, huile, vinaigre, citron, estragon.
Servir les huîtres détachées de leurs coquilles sur un lit d'échalotes hachées menu avec des fines herbes et des blancs d'œufs durs dont les jaunes bien hachés formeront un mince liseré entre chaque huître.
Poivrer au paprika, huile, vinaigre et filet de citron. Achever de décorer le plat avec quelques feuilles d'estragon hachées finement.

huîtres au caviar

L'huître au caviar est une huître sortie au dernier moment de sa coquille et servie crue sur une petite croustade ronde garnie d'une cuillérée de caviar frais.

huîtres frites

Paner à l'anglaise des huîtres crues épongées et les cuire au beurre clarifié.
Dresser sur serviette et servir avec, à part, une sauce tomate.

Variante
Faire ouvrir les huîtres. Faire revenir la chair des mollusques à la poêle, avec un bon hachis d'ail et de persil. Tourner souvent. Verser un filet de vinaigre, puis poivre et sel.
Servir ce plat tiède, car, froid, il serait lourd pour l'estomac.

oysters pan roast

Pour confectionner des *« huîtres sur croûtons »*, ouvrez une douzaine d'huîtres et détachez-les de la coquille. Egouttez-les, salez-les légèrement et poivrez abondamment.
D'autre part, faites deux croûtons de la moitié de la main et d'un centimètre environ d'épaisseur et dorez-les à la poêle. Placez-les sur un plat chaud à l'étuve.
Faites fondre à feu très vif et dans une bonne poêle, la grosseur d'un œuf de beurre fin et bien frais; quand il grésille, précipitez-y les huîtres et laissez-les rissoler trois ou quatre minutes, retournez-les et cuisez encore deux ou trois minutes.
Dressez ensuite en "chaîne" sur les deux croûtons, par six sur chaque, et nappez avec le beurre grésillant.
Ce plat ne doit pas attendre.
A noter aussi qu'il est essentiel d'opérer sur un feu ardent et d'égoutter les huîtres, sans quoi on risque de les faire bouillir.

huitres frites sur croûton

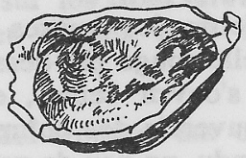
Détachez les huîtres de leurs coquilles, panez-les et passez-les deux minutes dans un beurre que vous avez fait blondir.
Puis, donnez leur du piquant avec une pincée de poivre de Cayenne et dressez-les sur des toasts de pain de mie frits au beurre. Servez avec une sauce tomate.

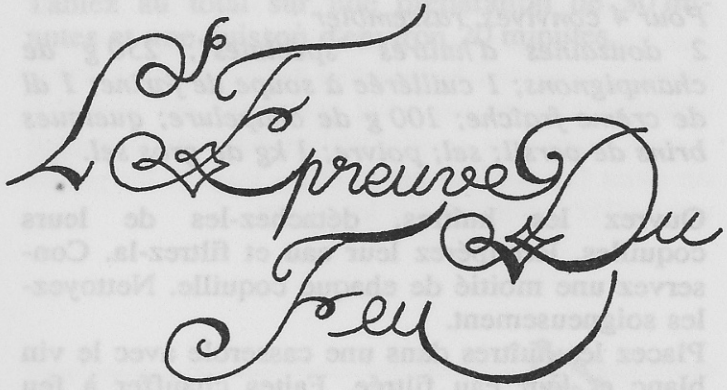
huîtres sur le gril..

Les éléments de base huîtres, beurre, chapelure et poivre.
Mettre les huîtres sur le gril, feu dessous et pelle rouge par-dessus. Quand elles commencent à s'ouvrir seules, elles sont cuites. Enlever le couvercle des huîtres et mettre dedans du beurre fondu, un peu de poivre et de la chapelure.
Les faire cuire rapidement sur le gril et la pelle rouge par-dessus.

...et huîtres grillées

Les ingrédients : huîtres, beurre, persil, épices.
Ouvrir les huîtres. Mettre sur chaque un petit morceau de beurre avec persil et épices. Faire griller. Servir dès qu'elles commencent à bouillir.





huîtres au feu

Pour 4 convives, rassembler
2 douzaines d'huîtres "spéciales"· 250 g de champignons; 1 cuillérée à soupe de farine, 1 dl de crème fraîche; 100 g de chapelure; quelques brins de persil; sel; poivre; 1 kg de gros sel.

Ouvrez les huîtres, détachez-les de leurs coquilles. Récupérez leur eau et filtrez-la. Conservez une moitié de chaque coquille. Nettoyez-les soigneusement.
Placez les huîtres dans une casserole avec le vin blanc et leur eau filtrée. Faites chauffer à feu moyen, et dès que le liquide frémit, laissez pocher 2 minutes. Mettez les huîtres à égoutter dans une passoire à pieds. Réservez le jus de cuisson.
Faites revenir les champignons lavés et émincés dans 30 g. de beurre. Ajoutez la farine et faites-la roussir légèrement. Mouillez alors avec le jus de cuisson des huîtres. Mélangez le tout pour lier la sauce.
Ajoutez la crème fraîche, salez, poivrez et laissez cuire 10 minutes à découvert et à feu doux.
Préchauffez le four.

Répartissez la sauce dans chaque coquille, placez les huîtres sur la sauce, parsemez de persil haché, saupoudrez de chapelure et arrosez du reste de beurre préalablement fondu.
Versez le gros sel sur la plaque du four et enfoncez-y les huîtres : elles seront ainsi bien calées. Réglez le four sur la position gril et faites gratiner environ 2 minutes.
Servez de suite.
Tablez au total sur une préparation de 30 minutes et une cuisson d'environ 20 minutes.

huîtres à la braise

Autrefois, les marins ostréiculteurs en mangeaient bien souvent en hiver... au temps où il n'y avait pas toutes les facilités d'aujourd'hui... ni les super-marchés.
Sur un réchaud marchant au charbon de bois, on faisait ouvrir les huîtres sur le gril, même s'il y avait de la glace entre les valves.
Après, avec une sardine et un bout de fromage, on avait fait un bon repas et on mettait les patins pour aller travailler sur les parcs.

huîtres à la ficelle

Une recette expérimentée par l'arcachonnais Pierre Denjean, sur l'Ile aux Oiseaux, et qu'il rapproche de la « bécasse à la ficelle »:
Choisir de très grosses huîtres, les faire ouvrir, les entourer d'une mince bande de lard, les "enficeler" et les mettre devant un bon feu en faisant tourner la ficelle.

huîtres au coin du feu.

Mettre les huîtres à ouvrir sur la braise d'un barbecue ou d'une cheminée ou, à la rigueur au four (mais bien calées dans un plat à cause de l'action de l'eau salée sur le métal). Dès que l'huître s'ouvre, elle est assez cuite : la retirer, enlever le couvercle (conserver l'eau), ajouter un morceau de beurre et la déguster. Mais, attention, la coquille est chaude!

..en gratin à l'américaine

Un "plus" par rapport aux précédentes, mais toujours au "coin du feu"
Saupoudrez-les de quelques grains de poivre concassé et d'un nuage de gruyère râpé. Ajoutez-y un peu de mie de pain, une lichette de beurre et faites doucement dorer dans le four.
Servez très chaud.

... au curry...

Une autre variante "au coin du feu":
Faites une sauce légère et onctueuse en mélangeant l'eau des huîtres préalablement cuites avec un peu de crème fraîche. Ajoutez-y un doigt de curry et nappez-en les huîtres. Saupoudrez de chapelure fine et passez vite au four.

..et à "la diable"

remplacez le curry par la noix de muscade râpée ou du paprika. Un régal aussi!

huîtres au lard

Ouvrir les huîtres, faire bien griller une tranche de bacon dans une poêle, l'essuyer ensuite pour bien la sécher, puis l'écraser; mélanger avec oignon et persil hachés très fins, poivrer, recouvrir chaque huître avec ce mélange et mettre au four chaud quelques minutes.
Servir avec des quartiers de citron.

huîtres sautées

Une recette à base d'huîtres, vin blanc, un roux, échalotes, champignons et paprika.
Faire blanchir les huîtres dans leur eau. Mouiller de cette cuisson, additionnée de vin blanc, un roux agrémenté d'échalotes et de champignons hachés; poivrer au paprika; ajouter les huîtres et, au premier bouillon, retirer et servir.

huîtres au beurre d'escargot

Faire ouvrir les huîtres (bien calées) au four ou sur la braise; les retirer, enlever le couvercle, conserver l'eau; puis ajouter un beurre d'escargots avec ail, persil et un peu d'échalote, et remettre à dorer à four chaud.

Du Four Au Gratin

huîtres au four

Une recette tirée de « La nouvelle cuisine bourgeoise » (1889).

Choisissez de grosses huîtres. Détachez-les des coquilles. Videz la moitié de leur eau et remplacez-la par une cuillérée de vin blanc.
Saupoudrez de panure, persil haché et poivre. Posez un petit morceau de beurre sur chacune.
Rangez-les sur une plaque tapissée de gros sel afin de les caler. Poussez-les à feu vif quelques minutes et, enfin : servez chaud.

huîtres au four avec sauce de fromage

Prévoir 12 huîtres, 1 tasse de lait, 3 cuillérées à soupe de fromage râpé, 14 grammes de fleur de farine ainsi que l'oignon coupé en petits morceaux, du poivre, de la noix de muscade et du pain émietté.

Faire bouillir le lait et le lier avec de la fleur de farine délayée. Ajouter les morceaux d'oignon, le fromage râpé, le poivre et la noix de muscade selon le goût.
Oter les barbes : détacher les huîtres de leurs coquilles et les couvrir de la sauce après les avoir retournées. Saupoudrer les huîtres d'un peu de pain émietté. Les passer au four pendant 7 à 10 minutes pour leur donner une belle croûte et les servir chaudes.

huîtres au gratin

Les ingrédients huîtres, quelques petits poissons, carottes, oignons, laurier, vin blanc, deux jaunes d'œufs.

Ouvrir les huîtres et les faire pocher au four pendant 2 minutes dans leur eau. Les retirer.
Faire un roux que vous mouillez avec la cuisson des huîtres et un petit fond préparé avec quelques menus poissons, carottes, oignons émincés, une feuille de laurier, un verre de vin blanc et un verre d'eau, le tout bien réduit. Lier avec deux jaunes d'œufs, laisser réduire pendant deux minutes et mettre une cuillérée à bouche de cette réduction sur chaque huître. Arroser de quelques gouttes de beurre fondu et faire gratiner à four chaud.

huîtres au gratin

Une variante, plus simple avec, pour composition huîtres, mie de pain, poivre, gruyère et beurre.
Retirer les huîtres des coquilles et les éponger. Dans le fond de la coquille poser un peu de poivre concassé au moulin et mélangé avec une petite noisette de mie de pain frite. Mettre l'huile, saupoudrer de gruyère râpé, poser une noisette de beurre et faire gratiner au four.

huîtres gratinees aux amandes

Pour 24 huîtres, il faut prévoir : 100 g de poudre d'amandes, 5 grosses échalotes, 1 botte de persil, 1 mignonnette de pastis, beurre, sel, poivre.
Ouvrir les huîtres. Les vider de leur eau. Hacher très finement persil et échalotes puis incorporer au beurre et à la poudre d'amandes. Y ajouter une demi-mignonnette de pastis. Saler et poivrer. En garnir les coquilles et faire gratiner au four très chaud pendant 5 minutes.

Côté Farces

huîtres farcies.1.

Préparer une béchamel assez épaisse, pocher les champignons, les passer au beurre et ajouter un peu d'ail et de persil coupés très fins, avant de les retirer mélanger avec la béchamel. Ouvrir l'huître, l'égoutter et la remettre dans sa coquille ou dans une coquille Saint-Jacques (plus pratique) sur un morceau de beurre, recouvrir avec la béchamel puis avec de la chapelure, ajouter un peu de beurre et mettre à dorer à four chaud.

OUBIEN :
Ouvrir l'huître, récupérer l'eau pour faire une farce avec mie de pain, ail et persil. Remettre l'huître dans sa coquille (ou coquille Saint-Jacques) avec la farce, poivrer, mettre un morceau de beurre et passer à four chaud quelques minutes.

ou encore :

Ouvrir les huîtres, les sortir de leur coquille et les mettre dans une casserole avec leur eau, faire bouillir 2 à 3 minutes. Dans une autre casserole, mettre beurre et champignons, ajouter persil et échalotes hachés. Laisser un moment sur le feu, puis ajouter une cuillérée de farine, bien remuer et ajouter un verre de vin blanc sec et un peu d'eau des huîtres; saler, poivrer, laisser cuire cette sauce 30 minutes. Remettre une ou deux huîtres égouttées par coquille, recouvrir de sauce, de chapelure, arroser de beurre fondu et mettre 5 minutes à dorer à four chaud.

huîtres farcies .2.

Une recette d'après Pierre Denjean.
Il faut choisir de grosses huîtres.
Les faire ouvrir à chaud. Enlever la valve supérieure. Faire un bon hachis jambon, ail, oignon et ajouter un peu de beurre avec sel et poivre. Recouvrir l'huître avec ce hachis dans sa valve inférieure. Mettre au four après avoir pris soin de replacer chaque valve supérieure.

huîtres farcies à la charentaise

Une recette à base de grosses portugaises, beurre, ail et persil.
Prendre de très grosses portugaises de claires (il s'agit souvent d'huîtres oubliées dans les claires, que l'on appelle les "râpures"). Ces huîtres sont très dures à ouvrir, aussi les pose-t-on sur un gril ou sur une plaque sur le feu pour les faire ouvrir.
On les laisse chauffer et on y met du beurre mêlé avec ail et persil hachés très fins. On peut aussi remplacer l'ail par de l'échalote.
Servir très chaud, sans attendre.

huîtres farcies au gratin

Dans un mixer, mettez un morceau de beurre, de l'ail, de la ciboulette, du persil, le jus d'un demi-citron et un peu de « quatre épices ». Ouvrez les huîtres et nappez-les avec la préparation avant de les saisir dans un four bien chaud.

Les Brochettes Dégainées

brochettes d'huîtres

Pour 4 personnes 48 grosses huîtres, 24 fines tranches de lard, 4 œufs, une tasse de chapelure, du poivre, 8 brochettes.

Faites ouvrir les huîtres. Ensuite, faites-les égoutter dans une passoire, ajoutez un peu de poivre pour les assaisonner et les voici prêtes à être roulées séparément chacune dans une demi-tranche de lard. Préparez alors vos brochettes, passez-les dans l'œuf battu et la panure et faites griller à feu doux pendant 10 minutes environ.

brochettes d'huîtres

Première variante

Ouvrir les huîtres, les sortir de leur coquille, les égoutter, rouler chacune d'elles dans une tranche de bacon très mince; embrocher les huîtres, badigeonner d'huile; faire griller et servir bien chaud après avoir saupoudré de poivre de Cayenne.

Seconde variante

Pierre Denjean signale aussi la cuisson à l'aste (l'aste est une broche baïonnette plate) :

Ouvrir les huîtres, grosses, et à cru les embrocher; faire cuire devant un bon feu en tournant l'aste de temps en temps.

brochettes d'huîtres au bacon

Pour 4 personnes : 24 belles huîtres, 4 tranches de bacon, 1 poivron rouge, 1 courgette, 2 tomates, 1 verre de vin blanc.
Pour la sauce 2 échalotes, 1 dl de vin blanc sec, 2 cuillérées à soupe de crème fraîche, 150 g de beurre.
Pour le décor quelques feuilles de salade, du persil et 12 piques de bois.

Ouvrez les huîtres. Décortiquez-les et réservez le jus. Ajoutez un verre de vin blanc au jus des huîtres. Faites tiédir à 40° et pochez-y les huîtres 4 minutes. Réservez-les au chaud. Préparez la sauce. Faites réduire des 2/3 les échalotes hachées finement avec le vin blanc. Ajoutez le jus d'huîtres, laissez réduire. Ajoutez le beurre froid, par petits cubes et en fouettant jusqu'à ce que la sauce soit onctueuse.
Rectifiez l'assaisonnement. Maintenez chaud sans bouillir. Faites pocher quelques minutes les poivrons rouges dans l'eau bouillante et enlevez

la peau. Découpez les poivrons en carrés de 3 cm de côté environ.
Montez les brochettes. Enfilez dans chaque pique en bois un carré de poivron rouge, une huître tiède, un morceau de bacon, etc. Prévoyez trois piques par personne. Déposez sur des assiettes chaudes. Décorez avec quelques 1/2 rondelles de courgettes, des rondelles de tomates, des feuilles de salade et du persil.
Servez de suite.
(Au total, une préparation de 20 minutes et une cuisson de 10 minutes).

huîtres en brochettes à la mayonnaise

Pour 6 personnes 36 huîtres, 3 œufs, 125 g de chapelure, 3 citrons, poivre.
Sauce mayonnaise 1/4 de litre d'huile, 1 jaune d'œuf, 1 cuillérée à café de moutarde, 1 cuillérée à soupe de vinaigre ou de jus de citron, sel, poivre.
Retirer les huîtres de leurs coquilles; les poivrer légèrement.
Battre les œufs en omelette et préparer une assiette de chapelure. Tremper les huîtres dans les œufs puis dans la chapelure, puis les enfiler au fur et à mesure sur des brochettes en bois.
Les brochettes étant ainsi préparées, les faire dorer dans du beurre préalablement mis à chauffer dans une poêle.
Arroser les brochettes bien chaudes de jus de citron et les servir aussitôt accompagnées d'une sauce mayonnaise.
(Soit, pour la préparation 15 minutes et pour la cuisson 15 minutes).

huîtres richelieu

Faites chauffer, presque à ébullition une demi-bouteille de vin blanc dans lequel vous ferez pocher deux douzaines de portugaises sorties de leurs coquilles.
Ajoutez après cuisson, trois cuillérées de sauce tomate et faites dissoudre une feuille de gélatine.
Embrochez les huîtres par couple sur des bâtonnets et parez-les avec le liquide chaud.

Bonnes Pâtes

vol au vent d'huîtres

Faire blanchir des huîtres et des coques.
Faire un roux blanc avec l'eau des coquillages et du jus de citron.
Dans la casserole, ajouter les huîtres, les coques, des olives, des œufs durs coupés en morceaux, une pointe de curry, du sel (peu!), du poivre.
Verser cette préparation dans un vol-au-vent, ou dans des vols-au-vent individuels.
Passer au four et servir très chaud.

beignets d'huîtres

Détacher les mollusques; les sécher.
Préparer une pâte à beignets. Y rouler les huîtres avec du beurre.
Laisser reposer une heure.
Faire frire dans l'huile bouillante.

soufflé aux huîtres

Prévoir 3 douzaines d'huîtres, 3 cuillérées de farine, 6 œufs, 50 g de beurre, lait, sel, poivre, pointe de Cayenne.
Pocher les huîtres, les ébarber et les couper en deux ou trois selon la grosseur.
D'autre part, faire un roux blanc avec la farine, le délayer avec l'eau des huîtres et du lait.
Assaisonner de sel, poivre et pointe de Cayenne.
Faire prendre l'ébullition et laisser bouillir quelques minutes jusqu'à consistance d'une bouillie épaisse.
Ajouter le beurre, 3 jaunes d'œufs, les huîtres et 6 blancs montés en neige ferme. Mettre en timbale à soufflé, grassement beurrée et cuire à four doux pendant 20 minutes.

tourte aux huîtres

Pour 6 personnes 500 g de pâte brisée, 24 huîtres, 6 œufs, 400 g de crème fraîche, 3 cuillérées à soupe de vin blanc, 1 bouquet de persil, sel, poivre.

Etalez la pâte brisée. Taillez deux cercles de grandeur différente : l'un pour garnir le fond et les côtés de la tourtière, l'autre pour chapeauter le dessus.

Ouvrez et égouttez les huîtres.

Beurrez et garnissez le fond et les côtés de la tourtière de pâte. Piquez-la à l'aide d'une fourchette et faites cuire 10 minutes au four (thermostat 7 ou 8).

Hachez le persil, battez ensemble les œufs, la crème et le vin blanc. Ajoutez le persil, assaisonnez. Mettez les huîtres dans le fond de la tourte. Nappez de sauce puis recouvrez avec l'autre abaisse de pâte. Faire cuire au four (20 à 30 minutes).

Servez tiède.

bouchées aux huîtres

Garnissez des bouchées prêtes à garnir (surgelées ou non) d'huîtres cuites dans une sauce au vin blanc montée au beurre et jaune d'œuf.

Servez bien chaud.

Variante :

Pocher les huîtres dans leur eau, les mélanger dans une sauce béchamel additionnée de beurre d'anchois, de l'eau des huîtres réduite, d'une pointe de Cayenne, et lier avec un jaune d'œuf.

Verser ce mélange dans de petites bouchées chaudes.

Les Cordons Bleus

huîtres à la médicis

Ouvrez les huîtres et conservez l'eau.
Mettez-les dans une casserole et pochez-les 5 à 6 minutes dans leur eau.
Faites fondre 2 cuillérées à soupe de beurre. Ajoutez 1 cuillérée à soupe de farine. Laissez blondir à petit feu. Mouillez d'un verre de vin blanc et d'un verre d'eau de cuisson des huîtres. Assaisonnez de poivre, muscade et bouquet garni.
Hachez 200 g de champignons. Ajoutez à la sauce et laissez réduire à petit feu.
Mettez les huîtres dans la sauce et retirez le bouquet garni.
Liez avec un jaune d'œuf, du citron et une cuillérée à soupe de beurre.
Mettez deux huîtres et une cuillérée à soupe de sauce dans les plus belles coquilles. Puis servez.

huîtres à la villeroy

Sortir de grosses huîtres de leurs coquilles. Les blanchir à l'eau bouillante 1 à 2 minutes. Les mariner avec 1 cuillérée à soupe d'huile, 1/2 cuillérée à soupe de vinaigre, du poivre, de la pointe de Cayenne.
Les passer dans un velouté ou une sauce blanche. Passez à la mie de pain, puis à l'œuf battu, puis à nouveau à la mie de pain.
Faites frire à l'huile bien chaude. Egouttez et dressez sur une serviette. Décorez avec un bouquet de persil frit. Servez à part une sauce tomate.

huîtres aux girolles

Pour 4 personnes : 2 douzaines d'huîtres, 150 g de girolles, 1 échalote, 30 g de beurre, 50 g de crème fraîche, poivre.

Nettoyez soigneusement les girolles, hachez l'échalote. Faites suer le tout dans le beurre chaud pendant une dizaine de minutes. Quand toute l'eau de végétation est évaporée, poivrez et joignez la crème. Gardez cette préparation en attente. Ouvrez les huîtres en ayant soin de conserver le maximum d'eau. Calez-les bien dans une (ou plusieurs) assiette remplie de gros sel. Répartissez la préparation aux girolles dans les huîtres et passez vivement sous le gril du four 2 minutes. Servez de suite.

omelette aux huîtres

Pour 3 personnes 18 huîtres, 6 œufs, 30 g de beurre, 5 cl d'eau, sel et poivre.

Ouvrir les huîtres. Recueillir l'eau, la chauffer et faire pocher les huîtres.

Préparer les œufs pour l'omelette selon la formule suivante : casser les œufs dans un saladier, ajouter sel, poivre, eau; battre vivement l'ensemble.

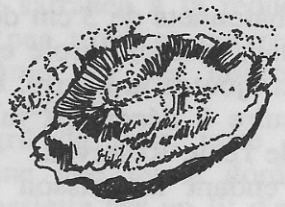
Faire fondre le beurre dans une poêle, le faire bien chauffer et y verser les œufs en détachant de la poêle. Ajouter après quelques secondes les huîtres bien égouttées et laisser cuire à feu vif. L'omelette doit être dorée à l'extérieur, baveuse au centre. Plier en chausson et glisser sur un plat.

paupiettes d'huîtres au jus de viande

Pour 4 personnes 24 très belles huîtres spéciales G2, 1 crépine de porc, 100 g de feuilles d'épinard frais, 2 petites aubergines, sel, poivre, 2 dl de jus de viande, 1 verre de vin rouge.
Pour décorer 1 carotte en lamelles et ciboulette.

Ouvrez les huîtres. Gardez le jus dans une casserole. Détaillez la crépine de porc en 12 morceaux d'environ 10x15 cm. Emballez dans chacun une huître. Enveloppez les 12 autres huîtres dans les feuilles d'épinard cru. Passez toutes ces huîtres enveloppées à la poêle sèche, à feu vif, pendant 2 minutes, de chaque côté.
Salez, poivrez. Déposez-les sur le plat chaud ou sur des assiettes individuelles. Gardez-les au chaud.
Préparez la sauce : dans la casserole ajoutez 2 dl de jus de viande au jus des huîtres, et le vin

rouge. Faites réduire jusqu'à obtenir une sauce onctueuse.
Détaillez les aubergines non épluchées en fines lamelles, dans le sens de la longueur. Passez-les à la poêle à sec 3 minutes environ de chaque côté. Faites-les griller légèrement. Salez et poivrez. Disposez-les harmonieusement avec les huîtres. Nappez avec la sauce après en avoir rectifié l'assaisonnement.
Parsemez de ciboulette et ajoutez quelques carottes détaillées en fines lamelles pour décorer.



huîtres à la crème safranée

Prévoir 1 h 30 mn pour la préparation et la cuisson, avant de servir
Pour 6 personnes 36 huîtres, 200 g de carottes, 100 g de blanc de poireau, 100 g de cœur de céleri-branche, 1 bouquet de persil, 1 cuillérée à dessert de beurre, 1 gousse d'ail, 10 cuillérées à soupe de vin blanc sec, 2 cuillérées à dessert d'échalote hachée, 15 cl de crème fraîche fleurette très froide, 2 jaunes d'œuf, 1 cuillérée à café de pistils de safran, 500 g de gros sel, 3 poignées d'algues, sel et poivre.

A faire à l'avance : après avoir nettoyé et lavé les légumes, détaillez-les en fine julienne (bâtonnets de 3 cm de long). Mettez les légumes dans une casserole et recouvrez-les d'eau, salez et ajoutez le beurre. Portez à ébullition et laissez cuire à découvert jusqu'à complète évaporation de l'eau. Réservez.
Pendant la cuisson des légumes : prélevez 36 belles feuilles de persil, puis lavez-les et égouttez-les. Pelez de l'ail et écrasez-le légèrement.
Ouvrez les huîtres, en veillant à récupérer leur eau, et détachez-les. Réservez les coquilles, sans leur couvercle, rincez-les sous l'eau froide et

faites-les sécher à four très doux (thermostat 3) sur un lit de gros sel.
Filtrez l'eau des huîtres et versez-la avec les huîtres dans une casserole, avec le vin blanc, le hachis d'échalote et l'ail. Gardez au frais. Retirez les coquilles du four.
Placez la casserole contenant les huîtres sur feu vif et retirez après le premier bouillon; ôtez les huîtres et réservez-les dans une assiette. Laissez réduire le liquide de cuisson des huîtres (il doit vous en rester 3 ou 4 cuillérées à soupe). Ajoutez à cette réduction une même quantité de crème fleurette et filtrez cette sauce à la passoire fine.
Allumez le gril du four et faites chauffer les coquilles vides.
Dans un bol, fouettez le restant de crème fleurette (bien froide), jusqu'à ce qu'elle soit mousseuse comme de la Chantilly; ajoutez alors les 2 jaunes d'œufs et le safran; mélangez bien.
Dans chaque coquille chaude, répartissez la julienne de légumes et le persil, et placez-y une huître. Mélangez la crème safranée à la réduction de vin blanc, salez (pas trop) et poivrez, puis répartissez cette crème sur les huîtres. Rangez ces dernières sur le gros sel.
Passez aussitôt sous le gril du four, juste le temps que la sauce prenne une teinte dorée. Présentez 6 coquilles par assiette sur un lit d'algues pour les caler. Servez aussitôt.

crème d'huîtres

Pour 6 personnes 5 douzaines de petites huîtres, 1 litre de bouillon de volaille, 2 échalotes, 1 carotte, 1 blanc de poireau, 5 champignons de Paris, 20 cl de vin blanc sec, 20 cl de crème fraîche, 1 jaune d'œuf, 50 g de beurre, 1 cuillérée à soupe de cerfeuil, sel et poivre.

Faites fondre dans une casserole 50 g de beurre et ajoutez la carotte, taillée en bâtonnets, puis le blanc de poireau, les échalotes et les champignons émincés.
Lorsque les légumes ont perdu leur raideur, versez le bouillon de volaille et le vin blanc, laissez frémir quinze minutes. Mixez.
Ouvrez les huîtres, récoltez leur eau à travers une étamine ou un chinois. Réservez la chair.
Réunissez le bouillon mixé et l'eau des huîtres, laissez réduire dix minutes sans bouillir.
Versez le jaune d'œuf mélangé à la crème, assaisonnez et ajoutez les huîtres.
Servez fumant, décoré de fanes de cerfeuil.

huîtres en salmis

Prenez : 50 huîtres, 1 grande cuillérée de beurre, 1 grande cuillérée de farine, 1/2 litre de lait, 6 piments entiers, 1/2 cuillérée à café de sel et du poivre.

Egouttez les huîtres dégagées de leurs coquilles, dans une passoire. Plongez passoire et contenu dans un récipient d'eau froide, égouttez à nouveau.
Jetez ensuite dans une casserole chaude, secouez vivement et ajoutez le lait.
Mêlez le beurre et la farine et mettez ce mélange dans le salmis en agitant soigneusement. Ajoutez les piments. Surveillez bien jusqu'à l'ébullition; ajoutez sel et poivre. Servez de suite.

huîtres en coquilles.

Les huîtres détachées de leurs coquilles sont mises à bouillir, dans leur eau, pendant une minute.
Dans un autre récipient, on fait revenir des champignons émincés, saupoudrés de persil haché, dans un bon morceau de beurre.
Après avoir laissé tiédir, on parsème le tout d'une cuillérée de farine mouillée avec un verre de vin blanc et une cuillérée d'eau fraîche. Salez et poivrez. La sauce doit cuire à petit feu. Les huîtres sont alors placées pour être réchauffées quelques instants avant d'être mises, par quatre, dans une coquille bien lavée.
Saupoudrez de chapelure, ajoutez une coquillette de beurre et placez cinq minutes à four chaud.

...et coquilles d'huîtres

Une recette signée Madame Vialard et fondée sur cette composition huîtres, mie de pain, lait, beurre, ail, un œuf, sel et poivre.
Faire ouvrir au four de très grosses huîtres pour qu'elles cuisent un peu. Recueillir soigneusement l'eau des huîtres. Faire tremper de la mie dans très peu de lait, saler et poivrer, y ajouter l'eau des huîtres.
Faire revenir dans un plat à œuf de l'ail haché avec du beurre et cuire l'ail très longtemps. Ajouter un œuf battu. Ajouter l'ail et l'œuf à la mie de pain et en garnir les huîtres dans leurs coquilles. Faire dorer au four et servir très chaud.

huîtres en sauce

Faire ouvrir les huîtres à la poêle.
Faire revenir un hachis d'oignon, ail et jambon avec persil, sel et poivre.
Ajouter les huîtres dans de l'eau chaude avec du vin blanc. Ajouter auparavant un peu de farine. Faire cuire à feu doux en remuant.

marmite aux huîtres

Une recette ramenée de la côté est des Etats-Unis par Dieter Schmid, chercheur allemand au laboratoire de neurobiologie comparée d'Arcachon.

Pour 6 personnes, faire fondre 3 cuillérées à soupe de beurre dans une grande marmite; ajouter 3 grandes échalotes coupées en dés, blanchir sur feu doux; ajouter une feuille de laurier et un peu de jus de citron, faire cuire une minute. Ajouter une tasse de crème fraîche liquide, 3/4 de cuillérée à café de sel, 1/2 cuillérée à café de paprika et une de poivre rouge (attention : ne pas abuser!). Puis, réchauffer, mais ne pas faire bouillir. Ajouter 4 douzaines d'huîtres avec leur eau, mais. sans la coquille. Cuire environ 3 minutes en remuant, jusqu'à ce que le bord des huîtres se recourbe. Ajuster l'assaisonnement, si nécessaire. Servir chaud.

soupe aux huîtres

Ouvrez les huîtres et conservez le jus que vous allongez après l'avoir filtré, avec un quart de litre d'eau par personne. Salez et poivrez légèrement et faites frémir pendant 10 minutes. Versez alors les trois-quarts de cette cuisson sur les huîtres.
Prenez ensuite un bon pot de crème et un jaune d'œuf, et, en fouettant régulièrement avec le quart restant, préparez une sauce onctueuse. Mélangez le tout et ajoutez une noix de beurre. Six huîtres par personne suffisent.

Soupe aux huîtres (variante)
Avec : des huîtres écaillées, 1 litre de lait, 1/2 litre d'eau, 1 cuillérée à soupe de beurre, sel, poivre, muscade, chapelure.
Portez le lait additionné d'eau à ébullition; assaisonnez et aromatisez au goût désiré.
A l'ébullition : ajoutez les huîtres, laissez frémir cinq minutes sur le coin du feu. Epaississez avec de la chapelure et ajoutez, pour terminer, le beurre frais.

potage aux huîtres

Une recette de Paul-Emile Cadilhac, de l'Académie des Gastronomes, qui signale que le potage aux huîtres est une composition assez rare, *« qu'ignorent même la plupart des gastronomes, très appréciée en revanche des Britanniques »*.
Prendre deux douzaines d'huîtres retirées de leurs coquilles, l'eau des huîtres (passée à la mousseline), deux décilitres de crème, trois cuillérées de crackers écrasés (biscuits secs), cent grammes de beurre fragmenté en petits morceaux, sel, poivre, une pointe de Cayenne.
Il ne reste plus qu'à verser dans les assiettes et à déguster avec un verre de grand chablis, vieux d'une dizaine d'année, ou un demi-verre d'excellent xérès.
Par parenthèse, explique-t-il aussi, on retrouve, en plaçant ainsi le xérès après le potage, la grande tradition des âges classiques prolongée jusqu'au milieu du XIXème siècle. On se gardait bien alors de boire ce vin sec et délicat comme apéritif. Plus apaisé, mieux toléré, mêlant sa flamme à la saveur crémeuse du potage, il procure une jouissance plus complète et plus rare.

Mariée Au Vin

huîtres entre-deux-mers

Prévoir par convive 6 à 9 huîtres, 1 dl de vin blanc sec Entre-Deux-Mers (ou Graves blanc sec), 1,5 dl de crème fraîche, 1 œuf, 20 g de beurre, poivre et gros sel.

Ouvrir les huîtres, en retirer l'intérieur que l'on gardera, avec le jus, dans une petite casserole. Laver soigneusement les coquilles creuses, les sécher, puis les disposer sur un plat allant aussi bien au four que sur la table et dans lequel on aura, au préalable, disposé un lit de gros sel ou une feuille d'aluminium froissée pour bien maintenir les coquilles.

Dans la casserole où ont été gardées les huîtres, verser le vin blanc, poivrer. Porter à ébullition, cuire doucement une minute. Disposer chaque huître dans une coquille, filtrer le jus de cuisson puis le faire réduire aux neuf dixièmes (ce qui reste de jus sera devenu une sauce épaisse), ajouter 1 dl de crème fraîche, faire réduire à nouveau de moitié. Pendant ce temps, préparer un sabayon en fouettant longuement le jaune d'œuf (avec une cuillérée à café d'eau), dans une petite casserole sur feu très doux; ensuite, fouetter le reste de la crème fraîche.

Hors du feu, incorporer le beurre à la sauce réduite, puis le sabayon, puis la crème fouettée.

A l'aide d'une cuillère, napper chaque huître de

cette sauce.

Faire chauffer le gril du four, glisser les huîtres dessous et laisser "glacer" quelques instants jusqu'à obtention d'une jolie couleur blonde. Servir aussitôt.

huîtres au champagne

Une recette de Michel Guérard, avec, pour 4 personnes 24 huîtres, 24 cl de champagne, 4 jaunes d'œufs, 2 cuillérées à café de crème et du poivre.

Ouvrez les huîtres, décollez la chair et récupérez leur eau. Lavez les coquilles creuses et séchez-les au four.

Préparez la sauce, en versant le champagne dans une petite casserole, faites bouillir et laissez réduire les trois-quarts de son volume.

Laissez tiédir, ajoutez les jaunes d'œufs, la crème et deux cuillérées à café d'eau; montez la sauce comme pour une béarnaise. Maintenez tiède au bain-marie.

Pochez les huîtres 30 secondes dans leur eau filtrée et chauffée; égouttez et replacez les huîtres dans leurs coquilles. Reprenez la sauce et incorporez lui, en fouettant, l'eau de pochage des huîtres. Poivrez. Nappez chaque huître d'une cuillérée à soupe de cette sauce au champagne et passez 30 secondes sous le gril du four pour donner une jolie couleur dorée.

cocktail aux huîtres

Par personne : de 4 à 6 huîtres plates (belons), 15 cl de jus de tomate, 1 verre à liqueur de vodka, 1 trait de tabasco, 1 trait de sauce soja, quelques gouttes de jus de citron vert, 1 glaçon, 2 ou 3 tours de poivre au moulin, du sel.

Dans un verre à fond assez large, déposez les huîtres sorties de leurs coquilles, et leur eau. Versez le jus de tomate, la vodka et assaisonnez avec les aromates. Terminez par le jus de citron et ajoutez un glaçon avant de servir.

huîtres aux agrumes

Signée Roger Vergé, une recette relativement simple à mitonner en 30 minutes pour 6 personnes, avec 30 huîtres, 3 oranges, 3 citrons, quelques gouttes d'huile d'olive, quelques grains de coriandre, 2 poignées d'algues.

Les agrumes sont pelés à vif, puis détaillés en quartiers; récupérez le jus et ôtez les pépins.
Une demi-heure avant de servir ces huîtres chaudes, ouvrez-les, récupérez leur eau et rangez les huîtres sur les assiettes de service en les calant avec les algues.
Préchauffez le four (thermostat 8). Réduisez les grains de coriandre en poudre. Mélangez l'eau des huîtres au jus des agrumes, et faites réduire de moitié sur le feu. Ajoutez ensuite l'huile et le coriandre.
Dans chaque huître, placez un quartier d'orange et un de citron, donnez un tour de moulin à poivre et passez les huîtres au four, pendant 2 minutes (pour les tiédir), puis versez juste avant de servir une cuillérée à café de sauce à base de jus d'huîtres et d'agrumes.

merlu à la sauce aux huîtres

Une recette du chef parisien Alain Dutournier
Avec, pour 6 personnes 1 merlu de 1 kg, très frais, 12 huîtres n° 1 ou 2, 1 échalote, 1 tomate, persil simple, vinaigre de vin et huile d'olive.
Pour le court-bouillon : 3 litres d'eau, 200 g de carottes en rondelles, 200 g d'oignons émincés, 2 feuilles de laurier, 2 brindilles de thym, piment de Cayenne, 30 g de gros sel, 20 cl de vinaigre de vin, queues de persil.

Porter le court-bouillon à ébullition une heure avant le repas. Nettoyer et parer le merlu. Dès que le court-bouillon est prêt, plonger délicatement le poisson, couvrir et laisser pocher en dehors du feu. Ouvrir les huîtres, les sortir de la coquille et les égoutter; les faire juste raidir dans un filet d'huile d'olive.
Faire une réduction d'échalote ciselée dans du vinaigre de vin et du poivre noir du moulin. Mixer les huîtres et la réduction en ajoutant 10 cl d'huile d'olive jusqu'à obtention d'une sauce assez fluide. Emonder et épépiner la tomate, la tailler en dés. Ajouter les dés de tomate dans la sauce avec le persil plat ciselé.
Servir chaud poisson et sauce ensemble.

huîtres chaudes aux filaments de légumes

Sur les conseils culinaires de Gérard Boyer, pour 4 personnes : 24 huîtres, 50 g de carottes, 50 g de céleri, julienne de légumes, 1 poireau, 50 g de champignons, 1 kg de moules, 1 blanc de poireau, 1 oignon moyen, 1 verre de vin blanc, 10 cl de crème fleurette, 60 g de beurre, 5 g de truffe taillée en julienne (facultatif), sel et poivre.

Nettoyer les moules et les laver à grande eau; hacher l'oignon finement et ciseler le blanc de poireau; les faire suer avec 10 g de beurre. Ajouter le verre de vin blanc. Porter à ébullition. Couvrir le temps de faire ouvrir les moules. Récupérer le jus de moules. Le passer au chinois fin (garder les moules pour un autre usage : salade de coquillages par exemple).

Eplucher les légumes. Les tailler en fine julienne. Les cuire à l'eau salée en les tenant croquants.
Ouvrir les huîtres, récupérer l'eau et la filtrer.
Mettre dans une sauteuse le jus de moules et la moitié de l'eau des huîtres restantes. Vérifier l'assaisonnement. Ne saler qu'en fin de préparation, l'eau des huîtres et le jus des moules étant naturellement salés.
Disposer 6 huîtres par personne dans des assiettes creuses. Parsemer la julienne dessus et napper de la sauce. Ajouter à la dernière seconde (et très facultativement) quelques brins de julienne de truffe pour la couleur.

aspic d'huîtres à la gelée d'algues et à la crème d'avocats

Pour 6 personnes, cette recette signée Jacques Cagna, demande : 1/2 litre de fumet de poisson, 3 blancs d'œufs, 2 échalotes, 1 carotte, 1 petite botte de cerfeuil, 1/2 botte de ciboulette, 20 huîtres spéciales n°2, 15 g de gélatine à base d'algues agar-agar et 150 g de petites feuilles d'épinards.
Pour la sauce avocat : 2 avocats mûrs, 2 cl de cognac, 1 dl de crème fraîche et 1 jus d'orange à passer au mixer avant de saler et poivrer

Pocher les huîtres dans leur jus pendant une minute. Blanchir les épinards et envelopper chaque huître dans une feuille d'épinard. Disposer 3 huîtres dans chacun des 6 petits moules et mettre au froid en attente.
Faire fondre doucement la gélatine dans du fumet de poisson. Faire bouillir le reste du fumet. Dans le bol de votre mixer, mettre les échalotes, la carotte, la ciboulette, les 2 huîtres

restantes et tout le jus des huîtres, ainsi que les blancs d'œufs. Ne pas mettre de sel si votre fumet est salé.
Mélanger tout l'ensemble, gélatine, fumet et le contenu du mixer, puis porter à ébullition en fouettant; ensuite laisser frémir 20 minutes. Faire refroidir, et passer dans un linge humide. Verser la gelée dans les moules et remettre au froid quelques heures.

huîtres à la coque

Une recette signée Jacques Manière, à préparer en 20 minutes (au cuisine-vapeur de préférence), avec pour 4 personnes 12 huîtres spéciales et 1 poignée d'algues, 150 g d'épinards épluchés, 2 yaourts, 10 g de beurre, 1 œuf entier 1 cuillérée à café de curry, sel, poivre du moulin.

Dans le fond du cuisine-vapeur, mettez un litre d'eau, puis placez les huîtres dans l'un des compartiments perforés et rangez les épinards dans l'autre panier. Laissez cuire 4 à 5 minutes. Les coquilles s'étant ouvertes, décollez les huîtres et placez-les dans une passoire pour qu'elles s'égouttent. Réservez leurs coquilles avec les couvercles. Pressez les épinards pour en retirer l'eau et hachez-les grossièrement. Salez-les légèrement et mélangez-les avec le beurre. Remplissez chaque coquille d'une cuillérée à soupe d'épinards, puis disposez l'huître dessus.

Préparez la sauce (qui est "basses calories") avec l'œuf battu en omelette et mélangez aux yaourts et au curry; poivrez. Nappez chaque huître, presque ras, et remettez les couvercles.

Dans un panier du cuisine-vapeur, mettez les algues et calez-y les huîtres, puis faites cuire 5 minutes. Servez de suite après.

Ce qu'il faut aussi savoir

Les parcs d'élevage où sont produites les huîtres, relèvent du Domaine Public Maritime qui les concède, à titre temporaire, aux exploitants.

Deux genres d'huîtres peuplent nos parcs : le genre *Ostrea*, auquel appartient l'huître plate (*O. edulis*), et le genre *Crassostrea* dont font partie l'huître portugaise (*C. angulata*) et l'huître du Pacifique ou huître japonaise (*C. gigas*) qui, depuis quelques années a remplacé la précédente. Les différences génériques portent sur la forme, l'anatomie et surtout les exigences écologiques et le mode de reproduction; seule l'huître plate incube ses larves avant de les rejeter dans l'eau. Les huîtres donnent naissance à des larves microscopiques qui, après une vie planctonique plus ou moins longue, se fixeront sur des supports de formes variées, appelés "collecteurs"

C'est la phase du captage (il faut savoir détecter l'époque la plus favorable à la pose de ces collecteurs). Suivie de l'élevage qui correspond à la croissance de l'animal dont la durée varie selon les espèces, les qualités et l'environnement et, parfois aussi, les techniques utilisées.

Les huîtres se trouvent exposées, naturellement, à de multiples dangers provenant des variations excessives du milieu, des attaques de parasites et de prédateurs. Et, artificiellement, on le sait, à une pollution grandissante, voire

aux "marées noires"

Avant d'être livrées à la consommation, les huîtres seront "affinées", c'est-à-dire améliorées par l'accumulation de substances de réserves dans leurs tissus et, éventuellement, le verdissement de leurs branchies provoqué par le pigment d'une diatomée : Navicula ostrearia.

A l'âge d'environ 8 mois, l'huître est enlevée de son collecteur et placée dans des caisses ostréophiles ou sur des parcs aménagés. Elle sera ainsi cultivée pendant deux ou trois ans, suivant les régions, puis dirigée sur les centres d'engraissement et d'affinage. Ce nouveau stade, d'environ une année, rend l'huître comestible dans des conditions de goût et de saveur optimales.

Les huîtres à chair verte sont alors livrées sous le nom de "marennes", et les huîtres à chair blanche, sous celui de "belons" (pour la Bretagne) et de "gravettes d'Arcachon" (pour le Bassin d'Arcachon). En Méditerranée, les ostréiculteurs élèvent les huîtres plates et creuses sur des carrelets en bois de palétuvier. Ces huîtres parvenues à la taille comestible sont vendues sous la dénomination d'« huîtres de Bouzigues », nom du village à l'origine de l'ostréiculture dans le bassin de Thau.

Il faut retenir que l'huître française est commercialisée sous le nom d'**huître creuse**, pour éviter toute confusion notamment avec les "belons" (huîtres plates).

Les huîtres creuses sont cultivées dans les régions Sud et Ouest de la France et principalement de Marennes, Arcachon, La Rochelle-Ré, Bretagne Nord. Les recettes indiquées dans ce

recueil concernent ces huîtres creuses.

VALEUR NUTRITIVE DE L'HUITRE

L'huître doit être considérée comme l'aliment digestible par excellence. Elle est recommandée surtout dans les cas de convalescence, états déprimants, anémie et troubles de la grossesse.

100 grammes de chair d'huîtres contiennent les vitamines suivantes (en unité internationale) :

A : 420
B1 : 100 à 200
B2 : 100 à 200
C : 8
D : 5
PP : 8

L'huître est composée de : 86 % d'eau, 7 % d'albumine, 2 %de graisse, 4 %d'hydrocarbones, 1 à 2 % de sels minéraux.

Par ses albuminoïdes, elle répare l'usure de l'organisme. Elle lui fournit, par ses matières protéiques, les acides aminés essentiels, en particulier le tryptophane, non seulement favorables à la nutrition, mais absolument indispensables à la vie, et dont l'absence ne peut être suppléée par aucune autre substance. Par ses graisses, elle contribue encore à maintenir l'organisme en état d'équilibre et, par ses hydrates de carbone, elle lui fournit la source d'énergie indispensable à son bon fonctionnement.

L'huître réalise ainsi un type d'aliment complet et on comprend alors la valeur du "slogan" : « *Fruits de mer - Santé de fer* ».

Table

UNE AVENTURE p. 3
PETITE HISTOIRE GASTRONOMIQUE p. 7

DE FAÇON TRES CRUE... p. 11
Huîtres fraîches... p. 12
Huîtres en salade p. 12
Huîtres marinées p. 13
Huîtres au caviar p. 13

FRITES OU GRILLEES p. 14
Huîtres frites p. 15
Oysters pan roast p. 16
Huîtres frites sur croûton p. 17
Huîtres sur le gril... p. 17
... et huîtres grillées p. 18

L'EPREUVE DU FEU p. 19
Huîtres au feu p. 20
Huîtres à la braise p. 22
Huîtres à la ficelle p. 22
Huîtres au coin du feu p. 23
En gratin à l'américaine p. 23
Au curry p. 24
Et "à la diable" p. 24
Huîtres au lard p. 25
Huîtres sautées p. 25
Huîtres au beurre d'escargots p. 26

DU FOUR AU GRATIN p. 27
Huîtres au four p. 28
Avec sauce de fromage p. 29
Huîtres au gratin p. 30

COTE FARCES p. 33
Huîtres farcies p. 34
Farcies à la charentaise p. 36
Farcies au gratin p. 36

LES BROCHETTES DEGAINEES p. 37
Brochettes d'huîtres p. 38
Brochettes d'huîtres au bacon p. 40
En brochettes à la mayonnaise p. 42
Huîtres Richelieu p. 43

BONNES PATES p. 45
Vol-au-vent d'huîtres p. 46
Soufflé aux huîtres p. 47
Beignets d'huîtres p. 47
Tourte aux huîtres p. 48
Bouchées aux huîtres p. 49

LES CORDONS BLEUS p. 51
Huîtres à la Médicis p. 52
Huîtres à la Villeroy p. 53
Huîtres aux girolles p. 54
Omelette aux huîtres p. 55
Paupiettes d'huîtres au jus de viande p. 56
Huîtres à la crème safranée p. 58
Crème d'huîtres p. 60
Huîtres en salmis p. 61
Huîtres en coquilles... p. 62

Et coquilles d'huîtres p. 63
Huîtres en sauce p. 63
Marmite aux huîtres p. 64

PAR ICI LA BONNE SOUPE p. 65
Soupe aux huîtres p. 66
Potage aux huîtres p. 67

MARIEE AUX VINS p. 69
Huîtres Entre-Deux-Mers p. 70
Huîtres au champagne p. 71
Cocktail aux huîtres p. 72

QUELQUES CHEFS S'EN MELENT p. 73
Huîtres aux agrumes p. 74
Merlu à la sauce aux huîtres p. 75
Huîtres chaudes aux filaments de légumes p. 76
Aspic d'huîtres à la gelée d'algues
et à la crème d'avocats p. 78
Huîtres à la coque p. 80

CE QU'IL FAUT AUSSI SAVOIR p. 82

Table détaillée p. 85

ADRESSES UTILES p. 89 à 96