

Mise en bouche



Une tradition en pleine renaissance

L'huître a toujours été consommée crue. C'est sans doute sous sa forme naturelle qu'elle offre sa plus grande finesse et son goût le plus délicat. Toutefois, pouvoir consommer à tout moment et en tout lieu un produit frais d'excellente qualité est un luxe qui fut longtemps réservé aux habitants de la côte. Très tôt, cependant, les pêcheurs prirent l'habitude d'écailler les huîtres pour pouvoir mieux les transporter et les vendre.

Dès les temps les plus reculés, les Chinois furent les premiers à utiliser le sel pour les conserver. L'huître cuisinée était née !

Dans l'Europe antique, les Grecs appréciaient déjà les huîtres. Ils allaient les pêcher sur des gisements naturels avant de les manger crues, rôties ou cuites dans leurs coquilles. Les Romains en furent aussi de grands amateurs. « Huître chère au gourmet », s'écriait l'austère Sénèque ! Pline l'Ancien raconte dans son *Histoire naturelle* que Sergius Orata fut le premier, deux siècles avant notre ère, à en *affiner* dans le lac Lucrin.

Les Romains commençaient toujours leurs agapes par des huîtres ou d'autres coquillages. Souvent, ils les dégustaient grasses et charnues dans le creux de leur coquille. Mais ils les aimaient aussi cuites, assaisonnées de sauces à base de persil, de livèche, de menthe, de miel ou encore de *garum*, sauce d'origine grecque à base de sprats, d'anchois ou de maquereaux, assaisonnés de sel et mis à fermenter au soleil pendant plusieurs mois. Malgré sa saveur âcre et son odeur détestable, c'était un produit très recherché pour son léger goût de poisson salé et de fromage.

À l'époque gallo-romaine, les Romains introduisirent leurs techniques d'affinage en Gaule pour consommer les huîtres sur

place mais aussi pour en exporter vers leur pays d'origine. Ils utilisaient de la glace pillée pour les transporter dans des cuves en plomb fixées sur des charrettes.

La consommation d'huîtres commença à se développer dans les villes au Moyen Âge. Aux X^e et XI^e siècles, elles étaient encore pêchées sur les bancs huîtriers qui bordaient les côtes d'Europe presque sans interruption. Ceux de Wattenmeer, sur les côtes d'Holstein, et de la baie de Cancale étaient les plus réputés. La culture des huîtres n'aurait repris qu'à partir du XII^e siècle.

Trois siècles plus tard, la consommation urbaine d'huîtres avait largement augmenté avec l'amélioration des transports, le développement du commerce, l'enrichissement de la bourgeoisie ou encore la vie fastueuse de la cour. À la Renaissance, ils étaient plusieurs milliers de marchands ambulants à sillonner les rues de Paris avec leur hotte sur le dos ou leur panier sous le bras en criant : « Huîtres à l'écaille, à quatre sous la douzaine ! »

On distinguait déjà les blanches des vertes, affinées en *claires*, ces bassins d'argile imperméables creusés au bord du littoral et alimentés en eau de mer au rythme des marées. Au début de l'automne, leur sol devient jaune, puis gris verdâtre et enfin vert noir au moment où les algues microscopiques qui en tapissent le fond libèrent leur pigment, la *marennine*. Par temps chaud, l'huître verdit en quelques jours à peine.

Le phénomène était connu, y compris des pêcheurs de Courseulles. Pourtant, dès cette époque, l'huître verte était associée à Marennes, d'où le Roi lui-même faisait venir les siennes.

Toutefois, une partie des huîtres arrivait aussi à la capitale écaillées sur de la paille et prêtes à être mises en ragoût. On les disait « huîtres sur paille ». Grâce à Diderot, nous savons en effet que les huîtres étaient consommées aussi bien crues que « cuites en fricassée ou en friture ou marinées ». L'*Encyclopédie* nous apprend encore qu'au XVIII^e siècle, on préférait les huîtres de Bretagne à toutes celles de France mais pas à celles de Colchester ! À Paris, toutes les huîtres blanches provenaient de Cancale. Aux huîtres de Saintonge (Marennes), on trouvait une saveur plus âcre et à celles de Bordeaux (Arcachon) avec « leur tête noire », un goût exquis.

Au XIX^e siècle, le commerce des huîtres allait prendre un nouvel élan avec le développement du chemin de fer. L'accélération des transports permettra de les consommer fraîches dans les cafés et bistrotts en vogue des grandes villes. De l'autre côté de l'Atlantique, le développement du chemin de fer américain favorisera lui aussi l'acheminement de milliards d'huîtres de New York jusqu'au Far West. Mais, contrairement aux nôtres, elles seront expédiées en conserve, dans de la glace pilée, et destinées à être consommées cuites sur le zinc des bars des grandes métropoles, comme chez soi. Une tradition qui, en dépit de la quasi-disparition des huîtres de la Côte Est américaine, a perduré jusqu'à nos jours.

En France, l'huître plate sera elle aussi décimée par la maladie en 1920-22. À l'exception de la Bretagne, où l'on en produit encore aujourd'hui un à deux milliers de tonnes, elle a pratiquement disparu de nos côtes. Elle y sera d'abord remplacée par une première espèce d'huître creuse originaire du Portugal, à la suite de la mésaventure du *Morlaisien* en 1866-68. Manquant les passes du bassin d'Arcachon par mauvais temps, le bateau se réfugia dans l'estuaire de la Gironde avant de jeter sa cargaison abîmée par-dessus bord. Parmi elles, les survivantes coloniseront bientôt tout le littoral charentais jusqu'à la Vendée...

Éradiquée à son tour par la maladie un siècle plus tard, elle a été remplacée par une autre espèce d'huître creuse importée du Japon et de l'île de Vancouver, au début des années 1970. Ce serait en fait une cousine lointaine de l'huître portugaise ramenée en Europe par les Découvreurs. Mais, qu'elle soit venue d'Asie ou d'ailleurs, l'huître renoue aujourd'hui de plus belle avec cette longue tradition culinaire à base d'épices et d'ingrédients simples et naturels que nous vous proposons ici de découvrir.

Un aliment aux multiples vertus

Produit naturel par excellence, l'huître est un aliment qui répond parfaitement aux exigences diététiques d'aujourd'hui. Sa valeur nutritive a été scientifiquement prouvée. Facile à digérer, elle renferme des protéines de grande qualité. Elle est aussi riche en oligoéléments : fer, zinc, cuivre, iode, sodium, magnésium,

calcium, potassium. Enfin, elle renferme diverses vitamines indispensables à l'organisme : B1, A, D, B2, C, PP.

En outre, elle contient très peu de calories (60 calories pour 100 g) et très peu de lipides, ce qui fait d'elle la parfaite alliée de la ligne et de la remise en forme. Par ailleurs, les recherches ont attesté qu'une consommation régulière d'huîtres pouvait contribuer à prévenir les maladies cardiovasculaires. Autant de qualités auxquelles il ne faut pas oublier d'ajouter ses légendaires vertus aphrodisiaques !

Comment les choisir ?

On trouve aujourd'hui sur le marché français des huîtres plates, aussi appelées *belons* en Bretagne, *gravettes* à Arcachon, *bouzigues* en Méditerranée et *marennes* en Poitou-Charentes, mais surtout des huîtres creuses, classées sous la dénomination de *finés* et de *spéciales*. Toutes ces huîtres sont élevées sur des parcs en mer ou sur estran. Seul leur poids de chair, plus élevé pour les *spéciales*, différencie les huîtres creuses.

L'*affinage*, plus spécifique au bassin de Marennes-Oléron, consiste à immerger des huîtres adultes en claires, afin de leur donner un goût plus fin, de durcir leurs coquilles, de les rendre plus charnues et parfois vertes. Pour acquérir la dénomination d'huîtres *affinées*, les huîtres doivent séjourner en claires une durée minimale de deux semaines sans interruption. L'appellation de *finés de claires*, de *spéciales de claires* ou de *pousse en claires* dépend du nombre d'huîtres déposées au mètre carré et de la durée d'affinage.

Il existe cinq à six tailles différentes d'huîtres creuses. Des plus grosses (>150 g) aux plus petites (30 g), elles sont classées des numéros 0 à 5, auxquels s'ajoutent les *longues*, des huîtres creuses de forme moins régulière qui peuvent être commercialisées sous plusieurs dénominations.

À chaque occasion, son huître !

Pour constituer un plateau de fruits de mer, on choisira plutôt des huîtres *finés* ou des *finés de claires* de taille moyenne. Pour un plateau d'huîtres, on optera pour des huîtres *spéciales* ou des

spéciales de claires, ou encore des *fines de claires label rouge* ou des *pousse en claire label rouge* moyennes ou grosses. Et s'il s'agit de les cuisiner, on choisira en priorité de grosses blanches. On pourra aussi utiliser des *longues* puisque, une fois cuites, la forme de la coquille n'aura plus d'importance.

Quand déguster les huîtres ?

Les huîtres peuvent être dégustées toute l'année. Malgré tout, elles restent surtout consommées pendant les mois en « R » et les fêtes de fin d'année. Si la tradition des mois en « R » se justifiait aux XVIII^e et XIX^e siècles, où la pénurie d'huîtres avait obligé les pouvoirs publics à en interdire la pêche pendant la saison du frai, qui correspond précisément aux mois sans « R », il n'en est rien aujourd'hui.

Le développement de la réfrigération et l'accélération des transports ont également balayé la crainte que les huîtres puissent se gâter en période de chaleur.

Quant au désagrément gustatif causé par le caractère laiteux et blanchâtre de l'huître à la veille de la ponte, il peut lui aussi être jeté aux oubliettes : un procédé purement technique, rendant l'huître stérile, lui permet de garder un même poids de chair toute l'année. On appelle ce produit spécifique *l'huître des quatre saisons*.

De quel vin les accompagner ?

Avec les huîtres creuses, on servira de préférence un vin blanc sec, plus ou moins fruité : un muscadet sur lie, un entre-deux-mers au goût plus prononcé, un sancerre ou un pouilly fumé plus prestigieux, ou encore un vin d'Alsace (riesling ou gewurtstraminer), plus sec et plus fruité. Quelques vins de pays (Charente ou Savoie) peuvent également bien accompagner l'huître.

Quant aux plates, au délicieux goût de noisette, elles se marient généralement bien avec des vins plus ronds et plus fruités comme des bourgognes blancs (chablis, meursault ou monthélie), des vins de la Côte chalonaise (rully ou mercurey), ou encore du Mâconnais (pouilly-fuissé).

Les huîtres crues accompagnées d'une crépinette pourront également s'accorder avec un vin rouge frais et acidulé (côtes de bourg ou de blaye) ou encore un saumur-champigny rouge.

Enfin, un champagne brut comblera tous les amateurs.

Dans tous les cas, le vin devra être servi à la même température que les huîtres, soit environ 8°C.

Abréviations utilisées

cc = cuillerée à café

g = gramme

cl = centilitre

cs = cuillerée à soupe

kg = kilo

l = litre



Huîtres fraîches en demi-coquille

6-12 huîtres par personne

Sélectionner des huîtres très fraîches, plates ou creuses, blanches ou vertes. Les ouvrir juste une heure avant de servir. Vérifier qu'elles sont vivantes en piquant le manteau. Jeter la première eau. En une demi-heure, elles en auront reconstitué une nouvelle, plus parfumée.

Ne jamais servir les huîtres sur un lit de glace. Elles perdent de leur qualité quand elles sont trop froides. Les servir plutôt sur un lit de gros sel ou d'algues, à une température d'environ 8°C.

La meilleure façon de les déguster est de les croquer « nature ». Elles peuvent aussi être accompagnées d'un tour de moulin à poivre, qui relève le goût, d'une goutte de citron, qui les rendra plus digestes ou encore d'une vinaigrette à l'échalote.

Pour celle-ci, hacher finement une échalote. Recouvrir de vinaigre et assaisonner de poivre.

Dans tous les cas, accompagner les huîtres crues de beurre salé ou doux, suivant les goûts, et de pain de seigle.

Dans le Sud-Ouest, il est également de tradition de servir les huîtres crues avec des crépinettes.

Cuisson des crépinettes : mettre l'huile à chauffer dans une poêle. Faire dorer les crépinettes 5 à 6 minutes de chaque côté. Les éponger dans du papier absorbant avant de les servir bien chaudes.

