



Association des Pêcheurs – Plaisanciers de Crozon - Morgat Juin 2021

Gazette Info Pêche N°8 NEVEZIOU HAG AR PESKEREZH

Fin du mois de juin, c'est la grande marée. Coquillages et crustacés attendent les amateurs de pêche à pied.

La période est propice à de belles sorties pêche à pied en presqu'île, en famille ou entre amis. Son coefficient sera compris entre 96 et 98. Le coefficient d'une marée indique son importance et permet d'éviter les surprises quand la mer remonte. Il s'agit de quelque sorte d'une «échelle» qui est comprise entre 20 (le plus faible : morte-eau) et 120 (le plus élevé : vive-eau / d'équinoxe). On parle de grandes marées à partir d'un coefficient de 90. Deux fois par jour, toutes les 6 heures la mer se retrouve à marée basse ou haute.

Date	Coefficient	
	Coeff. Matin	Coeff. Après Midi
Ven. 25/06/2021	97	98
Sam. 26/06/2021	98	96



Les conseils pratiques de l'APPCM

- * Respecter les tailles minimales de capture (des réglottes sont diffusées aux pêcheurs à pied au local quai Kador).
- * Perturber le moins possible le milieu : remettre les pierres retournées dans leur position initiale.
- * Connaître l'heure précise de la marée montante pour ne pas se retrouver isolé.
- * Éviter d'aller pêcher seul.
- * Respecter les autres « pêcheurs à pied ».
- * Veiller à respecter les installations des professionnels de la pêche : tables à huîtres, casiers...
- * Ne ramasser que ce dont vous avez besoin pour votre propre consommation.

Dans tous les cas, remettez les cailloux en place et ne pêchez pas avec des outils disproportionnés.



Vous les trouverez sur l'estran :

Dans le sable : le couteau, l'amande, l'araignée, le couteau, la palourde, la praire, la coquille Saint-Jacques, la coque, le bulot,...

Dans les rochers : la crevette bouquet, l'étrille, le homard, le tourteau, les moules, bigorneaux, patelles, les ormeaux, l'huître...

Régalez-vous, mais soyez prudent et ne perdez pas de vue que nous ne sommes que d'insignifiants moucherons et que c'est la mer qui commande !





Association des Pêcheurs – Plaisanciers de Crozon - Morgat
Juin 2021

Gazette Info Pêche N°8 NEVEZIOU HAG AR PESKEREZH

Martine cueilleuse de l'estran

les algues sont les ancêtres des végétaux terrestres. Le saviez vous ? !! La mer d'Iroise est le premier champ d'algues marines d'Europe en termes de diversité des espèces.

En France, 24 algues, sont autorisées à la consommation alimentaire. La presque totalité est cueillie dans le Finistère, réputé pour la qualité de ses eaux. Venez découvrir avec Martine le bienfait des algues et apprenez à reconnaître, haricot de mer, dulse, nori, kombu...

Étonnantes de diversité, les algues vont vous surprendre, et vous porterez sans nul doute un autre regard sur elles...laurencia -aussi appelé poivre de mer, laitue de mer, spaghettis de mer, kombu breton, kombu royal, petite fougère, fucus vésiculeux... toutes ces espèces comestibles n'auront bientôt plus de secrets pour vous!

Dans son atelier « algues », Martine et son équipe vous indiqueront comment reconnaître les algues, comment les cueillir, comment les cuisiner, comment les préparer et vous repartirez avec une recette à vous couper le souffle.

Elles sont utilisés en cuisine comme condiments voire comme accompagnement.



Renseignements
APPCM box 11 & 12
quai kador port de Morgat,
29160 Crozon

GOUTEZ, UN VRAI PLAISIR à
PARTAGER !



Quelques exemples pour vous faire saliver .

L'algue dulse, se trouve entre avril et décembre. Avec sa saveur un peu sucrée, elle se mange crue en tartare, pesto, avec des crudités, des fruits au sirop, cuite dans une quiche ou ajoutée dans une farce.

L'algue nori, ici séchée, de récolte de mai à novembre. Elle donne un goût de thé fumé et de champignon séché. On la savoure crue en sauce froide ou en omelette et séchée pour les makis.

L'algue Kombu, se récolte de février à avril. Son goût iodé est puissant. Il se déguste cru émincé en salade, cuit dans un bouillon, avec des pâtes ou du riz.

L'algue wakamé, qui se cueille de mars à mai, possède un léger goût d'huître. On l'utilise cru dans une vinaigrette, en tartare, cuit dans une soupe thaïe, un risotto ou une omelette.

