



Association des Pêcheurs – Plaisanciers de Crozon - Morgat
Septembre 2021

Gazette EXPRESS N°7 NEVEZIOU HAG AR PESKEREZH



Journée algues de l'APPCM

Avec quelques adhérents, nous avons fait la découverte des algues avec Pascal AUGER (ethnobotaniste) les 24 et 25 Août, vers 12 heures (en fonction de la marée !) sur la plage de Trez Rouz..

Nous avons appris que toutes les algues peuvent servir soit en cosmétique, en agriculture, en cuisine, sachant que, de toute façon, aucune algue n'est toxique contrairement aux champignons.

En descendant l'estran par les rochers, nous avons d'abord rencontré des algues brunes comme le haricot de mer (*Himanthalia elongata*), les algues vertes comme la laitue de mer (*Ulva lactuca*) et les algues rouges comme la dulse (*Palmaria palmata*), en les croquant toutes sur place et en appréciant plus ou moins leur goût et leur texture.

Après avoir bien mouillé nos chaussures et rempli nos paniers, Mr AUGER nous a tartiné un tartare d'algues des plus délicieux.



Merci aux courageux participants pour leur sympathique coopération.
Des petits guides des algues de l'estran sont à votre disposition au local les samedis.



Martine

RECETTE DU TARTARE D'ALGUES (améliorée)

- Algues vertes (ex. laitue de mer)
- Algues rouges (ex. dulse)
- Algues brunes (ex. haricots de mer)

Couper le mélange le plus fin possible ;
Ajouter une pointe d'ail (selon son goût) et du jus de citron ;
Faire mariner environ 1h.
Bien égoutter.



Ajouter huile, échalote, vinaigre de cidre, câpres.
Mixer.

Mettre en petits pots (conservation pendant 3 semaines maxi au réfrigérateur).

Le plus de Martine : parfumer ces tartares avec du fromage frais ,
avec des miettes de thon, avec de la truite fumée etc..



BON APPÉTIT