

Les Poissons

La consommation généralisée du poisson est un phénomène assez récent dans l'histoire culinaire. Il a fallu le développement d'abord de moyens de transport et ensuite de réfrigération afin de permettre la distribution des poissons frais à l'intérieur du pays. Autrefois il fallait résider le long des côtes ou consommer le poisson salé ou séché.

Lorsqu'on achète du poisson, il faut s'assurer qu'il n'y a aucune odeur désagréable et que l'oeil du poisson est toujours clair. Un bon poissonnier peut devenir un conseiller utile dans la sélection et la préparation des plats.

Le poisson frais ne se conserve pas longtemps après l'achat. Donc il faut penser à le faire cuire rapidement. Selon le type de poisson, on peut le pocher au court-bouillon. On peut le faire cuire au four. On peut mettre sur le gril les poissons à chair ferme. Enfin, pour les poissons délicats on peut les faire cuire en papillote, c'est-à-dire, enveloppés dans du papier avec des légumes aromatiques. La plupart des recettes classiques utilisent des herbes ou des légumes aromatiques pour parfumer la cuisson.

Parmi les poissons que l'on voit souvent sur les cartes en France, on trouve les suivants:

- bar - un poisson méditerranéen avec une chair délicate
- brochet - un poisson d'eau douce à la chair blanche, ferme et feuilletée, sa taille permet d'en faire des filets
- cabillaud - poisson de mer plus connu comme la morue; en fait, morue se réfère au poisson séché ou salé tandis que cabillaud se réfère au poisson frais
- dorade - poisson méditerranéen à la chair ferme et juteuse
- espadon - poisson de mer à la chair grasse, bon pour les grillades
- lotte - la queue préparée du baudroie, poisson laid à la chair tendre
- rouget - poisson de mer à la chair fine et fragile
- thon - poisson de mer dont la chair ressemble à la viande rouge; il y a une fête annuelle du thon à Saint Jean de Luz
- truite - poisson d'eau douce à la chair blanche ou rose mais qui sèche rapidement, il ne faut pas l'écailler avant de la faire cuire
- saumon - le poisson le plus populaire en France, peut être consommé frais ou fumé, chaud ou froid; dans les grandes surfaces, un poisson sur quatre vendus est un saumon.

La plupart des petits poissons sont servis entier en France. Donc il faut faire attention aux arêtes en les mangeant. Seuls les gros poissons de mer sont présentés en filets. On peut également acheter une grande variété de poissons congelés, ceux qui ne sont pas trop délicats, ou en plats cuisinés congelés. Un des plats français les plus célèbres est la bouillabaisse, faite traditionnellement à partir de poissons et de crustacés méditerranéens.

Exercices sur le texte

1. Pourquoi est-ce qu'on ne consommait pas beaucoup de poisson dans le passé?
2. Quelles modes de conservation y a-t-il pour les poissons?
3. À quoi voit-on la fraîcheur d'un poisson?
4. Quelle est la différence entre un cabillaud et une morue?
5. Quels sont des poissons méditerranéens?
6. Quels sont des poissons d'eau douce?
7. Quel est le poisson favori des Français?

Les Crustacés

Les Français aiment manger les crustacés. Les visiteurs les verront souvent sur les cartes des restaurants, et chacun se fie à son poissonnier pour lui conseiller les produits les plus frais. Parmi les plats les plus connus sont les moules marinières ou le homard thermidor. Comme pour tout fruit de mer, il existe différentes variétés du même animal, selon les régions où il a été pêché.

Crevettes

Les crevettes sont un crustacé d'eau froide que l'on peut trouver en plusieurs tailles. Les petites sont réputées avoir un meilleur goût. Celles qui sont pêchées le long des côtes peuvent être vendues fraîches. Celles pêchées en haute mer par les chalutiers usines sont traitées sur le bateau même et congelées. Selon les variétés, les crevettes peuvent être roses ou grises avant la cuisson, mais la couleur change pendant la cuisson. Les crevettes sont assez fragiles et deviennent dures si elles sont cuites à une température trop élevée. Sur les cartes de restaurant, on voit souvent des gambas qui sont de grosses crevettes grises.

Homard

Le homard est un crustacé de mer très prisé. C'est un balayeur de fonds qui est très sensible à la salinité de l'eau. Le homard et la langouste sont deux variétés différentes que l'on peut distinguer par leur carapace, leur pattes et leurs antennes, mais sur les menus la distinction se perd parfois. Quand on les achète, ceux qui sont le plus actifs sont les plus frais. Le homard est le produit de mer le plus exporté par le Canada. L'écrevisse est un petit homard d'eau douce.

Huître

En France les huîtres sont classées par le poids. Plus le nombre est grand, plus la taille est petite. Une huître peut vivre jusqu'à 30 ans. À marée basse, on peut voir les installations des ostréiculteurs dans la Baie d'Arcachon et autour de l'Île de Ré. Un acheteur peut déterminer l'état de fraîcheur des huîtres par la façon dont elles résistent à l'ouverture. Plus elles résistent, plus elles sont fraîches. Les huîtres se mangent le plus souvent crues mais ne doivent pas être glacées, car l'extrême froid nuit à leur saveur. Un dicton dit que l'on ne doit manger des huîtres que dans des mois avec «r», donc de septembre en avril, période où la chaleur n'est pas aussi forte et où les huîtres se conservent plus longtemps. L'habitude de mettre du citron sur des huîtres vient probablement du temps où les moyens de conservation étaient moins répandus, et l'on jetait du citron sur les huîtres pour s'assurer qu'elles étaient toujours bien vivantes.

Langoustine

La langoustine a un goût sucré très recherché. Il faut l'acheter vivante, mais elle est très fragile et ne se conserve que 24h. Elle a une couleur rose lorsqu'elle est fraîche, mais, contrairement à la crevette, la couleur ne change pas pendant la cuisson. La chair est fragile et donc la meilleure façon de la faire cuire est de la pocher. Les Américains aiment aussi les griller avec du beurre. Une langoustine peut être congelée.

Moules

Les moules sont prisées depuis l'époque des Romains. Elles peuvent être sauvages ou produites par la mytiliculture, industrie qui a commencé en 1246. Les moules s'attachent aux algues ou au rochers le long des côtes et sont récoltées à la marée basse. Les moules de culture ont l'avantage de ne pas contenir de grains de sable. Il faut bien s'assurer en les achetant qu'elles sont fermées. Elles s'ouvrent quand elles sont cuites. Comme d'autres fruits de mer, elles sont très fragiles et ne se conservent que 24h, mais on peut les congeler.

Exercices sur le texte

1. Qu'est-ce qui arrive aux crevettes à la cuisson?
2. Quelle est la différence de goût entre les grosses crevettes et les petites?
3. Pourquoi est-ce que beaucoup de crevettes sont congelées?
4. Qu'est-ce qui arrive aux crevettes trop cuites?
5. À quoi voit-on qu'un homard est frais? Et les huîtres? Et les moules?
6. Quel pays est réputé pour sa production du homard?
7. Quel est l'effet de la glace sur les huîtres?
8. Quelle huître est plus grande, une 50 ou une 100?
9. Pourquoi, selon la tradition, ne doit-on pas manger des huîtres en juillet?
10. Pourquoi jetait-on du citron autrefois sur les huîtres?
11. Comment appelle-t-on la personne qui pêche? Qui achète? Qui vend du poisson? Qui élève des huîtres? Qui élève des moules?
12. En quel siècle a-t-on commencé à cultiver des moules?
13. Pourquoi les moules de culture sont-elles meilleures?
14. Qu'est-ce qui arrive aux moules à la cuisson?
15. Classez les quatre crustacés (sauf les crevettes) selon leur taille, du plus petit au plus grand.