



< retour

Poissonnerie

# Huître



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

## CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Huîtres

Poids moyen : 85g

L'huître est un mollusque bivalve dont les écailles grisâtres ou brunâtres sont épaisses, rugueuses et irrégulières. L'écaille supérieure est plus grande et plus aplatie que l'écaille inférieure, qui est concave et qui abrite le corps de l'huître. Les huîtres sont plates ou creuses. Les huîtres plates sont plus fréquentes en Europe.

L'huître est aussi appréciée parce qu'elle produit de magnifiques perles nacrées qui, contrairement aux perles des autres mollusques, sont assez grosses pour être utilisées en joaillerie. Ces perles se forment quand un grain de sable ou une parcelle de coquille s'introduit dans l'huître, laquelle sécrète alors un liquide nacré dans le but d'isoler ce corps étranger. Pour les perles de culture, on introduit délibérément une petite perle que l'huître complétera. Les plus belles perles sont produites par l'espèce Pinctadine vivant dans les mers chaudes.

L'huître a un sexe défini, mais il lui arrive de passer d'un sexe à l'autre une fois ou plus au cours de sa vie. Ce mollusque se fixe sur les rochers ou sur tout objet pouvant l'accueillir, non pas en sécrétant un faisceau de filaments soyeux comme la moule, mais en se cimentant aux autres huîtres ou à l'hôte. Les huîtres peuvent former des colonies. Elles se nourrissent de plancton, de plantes et d'animaux aquatiques microscopiques. Comme tous les mollusques, elles sont sensibles à la pollution.

**Il vaut mieux ne jamais utiliser un couteau de cuisine car les risques de se couper sont élevés, et le couteau peut se briser.**

## VARIÉTÉS

Les huîtres habitent les mers tropicales ou tempérées; celles qui vivent dans les eaux tempérées croissent plus lentement que celles qui habitent les eaux tropicales. Elles peuvent prendre de 4 à 7 ans pour atteindre 8 cm, alors qu'elles atteignent parfois cette taille en 2 ans seulement en eaux tropicales. Les huîtres à croissance plus lente des eaux tempérées sont réputées pour leur saveur.

L'huître est charnue. Sa chair luisante prend des teintes de blanc grisâtre en passant par le gris perle et le beige; elle peut aussi avoir une touche verdâtre lorsque l'huître se nourrit d'algues. Sa consistance change durant la période de reproduction (de mai à août dans l'hémisphère Nord), devenant laiteuse et molle.

C'est ce qui explique pourquoi on dit que l'huître n'est comestible que durant les mois qui comportent la lettre «r» (de septembre à avril). En fait, elle est toujours comestible mais moins savoureuse, moins appétissante et plus périssable durant cette période. Cette restriction ne s'applique plus toujours, tout au moins pour les huîtres de culture, car des chercheurs américains ont inventé un nouveau procédé génétique qui rend les huîtres stériles, les empêchant de se reproduire, éliminant ainsi la période où elles ont moins de goût.

En Amérique du Nord, on nomme souvent les huîtres d'après leur aire d'habitation. Aux États-Unis, la Blue Point et la Cape Cod sont très appréciées, et en Australie, la Sydney Rock

Oyster est recherchée.

**Huîtres n°0** : Cette huître est la plus grosse des creuses. Les huîtres de grosse taille sont idéales pour les cuissons.

**Huîtres n°1** : C'est une huître de très grosse taille au goût très prononcé qui est idéale pour les cuissons.

**Huîtres n°2** : Huître de grosse taille au goût assez marqué qui est idéale pour les cuissons.

**Huîtres n°3** : Cette taille d'huître est parfaite pour une entrée car elle est de taille moyenne.

**Huîtres n°4** : Huître de petite taille au goût subtil parfaite pour une entrée.

**Huîtres n°5** : La n°5 est la plus petite des huîtres. Sa saveur fine en fait une huître de choix pour les femmes et les novices en dégustation d'huîtres.

**La Marennes d'Oléron fine de claire** : Huître peu charnue à la saveur subtile, riche en eau et équilibrée en sel.

**La Marennes d'Oléron fine de claire verte** : Huître Label Rouge à l'odeur marine agréable et à la saveur équilibrée, salée puis sucrée.

**La Marennes d'Oléron spéciale de claire** : Huître charnue de forme régulière à l'odeur agréable et à la saveur salée dominée par la saveur sucrée.

**La Marennes d'Oléron pousse en claire** : Huître très charnue à l'odeur agréable de marais de claire et d'algue. Sa saveur est sucrée et sa texture ferme et croquante.

**L'huître de Belon** : Son nom est celui d'une rivière près de Riec-sur-Belon. Sa chair blanche nuancée de gris ou de brun offre une saveur de terroir un peu sauvage et unique.

**L'huître d'Isigny** : Variété dite "spéciale", l'huître d'Isigny est charnue et sa chair croquante.

## COMMENT CHOISIR ?

N'acheter les huîtres fraîches en écailles que si elles sont encore vivantes et pleines d'eau. Une huître vivante est fermée ou, si elle est entrouverte, se ferme si on la frappe. Une huître remplie d'eau est assez lourde. Les huîtres dans leurs écailles se vendent habituellement à la douzaine ou à la caisse. Les huîtres sont également vendues écaillées fraîches ou congelées, au poids. Les huîtres écaillées fraîches doivent être fermes, dodues et luisantes, et baigner dans un liquide limpide et non laiteux. Les huîtres écaillées coûtent plus cher, mais la perte est inexistante. Les huîtres sont généralement classées selon leur taille et leur forme. Cette classification ne tient pas compte de la saveur.

## QUE FAIRE AVEC ?

Les huîtres se consomment le plus souvent crues, assaisonnées ou non d'un peu de jus de citron ou d'un soupçon de poivre. Cuites, elles sont délicieuses chaudes ou froides. On peut les cuisiner de diverses façons, notamment en soupe, en pâté, en sauce ou au gratin. Les huîtres achetées écaillées peuvent être mangées crues, surtout si elles sont très fraîches. Elles sont cependant souvent moins savoureuses que les huîtres en écailles, mais sont parfaites pour la cuisson. Les huîtres fumées en conserve sont prêtes à manger, mais on peut aussi les rincer et les faire mariner.

## COMMENT PRÉPARER ?

Les huîtres peuvent être cuites. Si la cuisson se prolonge, elles deviennent cependant rapidement caoutchouteuses et pâteuses.

Pour les cuire, ajouter les huîtres dans un liquide bouillant, retirer la casserole du feu, puis laisser reposer quelques minutes.

Si on désire qu'elles soient un peu plus cuites, faire mijoter les huîtres quelques minutes, sans les faire bouillir toutefois, car elles durciraient et se recroquevilleraient. Le temps de cuisson ne devrait jamais dépasser 5 min. Dès que les bords des huîtres commencent à frissonner, la cuisson doit cesser.

## COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Les huîtres écaillées recouvertes de leurs jus peuvent se conserver une dizaine de jours au réfrigérateur et environ 3 mois au congélateur, selon leur état de fraîcheur au moment de l'achat. Les consommer le plus tôt possible.

Les huîtres en écailles se conserveront jusqu'à 6 semaines dans un contenant recouvert d'un linge humide. Ne jamais mettre les huîtres dans un sac ou dans un contenant fermé hermétiquement, car elles ne peuvent plus respirer.

Les huîtres ne supportent pas les températures plus basses que 1 °C ou plus élevées que 14 °C. Ne pas congeler les huîtres non écaillées.

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

L'huître est riche en vitamine B12, en fer, en zinc et en cuivre. L'huître est reconnue pour être un aliment régénérateur, revivifiant et nourrissant. On la dit aphrodisiaque.

calories

protéines

glucide

lipide

magnesium



[Afficher plus](#)

\* Source de données : AFSSA

## HISTOIRE

L'huître est appréciée depuis les temps préhistoriques. Romains, Celtes et Grecs notamment la consommaient abondamment. Dans la Grèce antique, l'huître était plus qu'un aliment, on se servait des écailles pour inscrire le vote, les gens y gravant leur choix. L'huître peut facilement être cultivée. L'ostréiculture existe depuis plus de 2 000 ans. Les Romains et les Gaulois furent de grands producteurs d'huîtres. Aujourd'hui, les plus importants producteurs d'huîtres sont les États-Unis, le Japon, la Corée et la France. L'ostréiculture est aussi pratiquée dans de nombreux pays, notamment, l'Afrique du Sud, l'Australie, la Nouvelle-Zélande et le Canada.

## Gigot d'agneau, petits pois, cresson et huîtres [3]

[En savoir plus \[3\]](#)

## Gombo aux fruits de mer [4]

[En savoir plus \[4\]](#)

## Tartare de saumon aux huîtres et concombre [5]

[En savoir plus \[5\]](#)

## Huîtres chaudes au cidre [6]

[En savoir plus \[6\]](#)

## Dos de cabillaud rôti, huîtres, poireaux à la muscade et crème d'échalotes [7]

[En savoir plus \[7\]](#)

## Tartare de bar aux huîtres [8]

[En savoir plus \[8\]](#)

## Purée aux algues et aux huîtres [9]

[En savoir plus \[9\]](#)

## Huîtres chaudes [10]

[En savoir plus \[10\]](#)

## Huîtres, réglisse et brie [11]

[En savoir plus \[11\]](#)

## Langoustine au chou et nage d'huître [12]

[En savoir plus \[12\]](#)

1

2

[13]

3

[14]



[13]

dernier »

[14]

### Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15194>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15194>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/gigot-dagneau-petits-pois-cresson-et-huitres>

[4] <https://www.qooq.com/recipes/gombo-aux-fruits-de-mer>

[5] <https://www.qooq.com/recipes/tartare-de-saumon-aux-huitres-et-concombre>

- [6] <https://www.qooq.com/recipes/huitres-chaudes-au-cidre>
- [7] <https://www.qooq.com/recipes/dos-de-cabillaud-roti-huitres-poireaux-la-muscade-et-creme-dechalotes>
- [8] <https://www.qooq.com/recipes/tartare-de-bar-aux-huitres>
- [9] <https://www.qooq.com/recipes/puree-aux-algues-et-aux-huitres>
- [10] <https://www.qooq.com/recipes/huitres-chaudes>
- [11] <https://www.qooq.com/recipes/huitres-reglisse-et-brie>
- [12] <https://www.qooq.com/recipes/langoustine-au-chou-et-nage-dhuitre>
- [13] <https://www.qooq.com/ingredients/huitre?page=1>
- [14] <https://www.qooq.com/ingredients/huitre?page=2>