

Les huîtres : comment les choisir et les conserver ?

18/11/2024

Il s'agit d'un aliment riche en protéines, en vitamines et minéraux. À condition bien sûr de bien la choisir et de bien la conserver.



L'essentiel

- Lors de l'achat d'huîtres, vérifiez que l'étiquette mentionne la date de conditionnement, le nom du producteur, la mention de la fraîcheur ou une date limite de consommation, ainsi que le pays d'élevage.
- Conservez-les entre +5°C et +15°C, sans les retourner pour éviter qu'elles ne perdent leur eau.

La culture des huîtres

Savez-vous qu'entre la naissance des huîtres et la douzaine d'huîtres dans votre assiette, trois ou quatre années de culture et de soins patients sont nécessaires ?

La culture de l'huître débute en effet avec celle du naissain (larves), produit par des établissements spécialisés, généralement situés dans le golfe du Morbihan et en région charentaise, mais également au Japon ou au Canada.

À noter : la France est un producteur d'huîtres important, très loin derrière l'Asie et les États-Unis, mais le premier producteur en Europe.

En France, les huîtres sont issues de sept régions : Normandie-Mer du Nord, Bretagne Nord, Bretagne Sud, Région Centre-Ouest, Marennes-Oléron, Arcachon-Aquitaine, Méditerranée.

En réalité, l'origine du naissain importe peu car c'est le lieu de production qui détermine la couleur et le goût du produit. Chaque huître a en effet son « terroir » : ce sont la qualité du sel, la nature du plancton et des eaux qui vont lui conférer ses caractéristiques si particulières.

Les huîtres peuvent également provenir de pays d'Europe. Dans ce cas, l'étiquetage des huîtres doit en comporter la mention, par exemple sous la forme « huîtres élevées en Irlande ». Des mentions d'origine plus précises peuvent être indiquées, comme « huîtres élevées en France, affinées en Vendée ».

Bon à savoir : il existe une IGP (Indication géographique protégée, signe officiel européen) pour

- les huîtres affinées à Marennes-Oléron ;
- les huîtres de Normandie ;
- et deux labels rouges : huîtres Fines de Claires vertes et huîtres Pousse en Claire.

Les huîtres peuvent également être produites selon le mode de production biologique qui est un mode de production respectueux de l'environnement et du bien-être animal, réglementé par des textes communautaires (conditions d'élevage : l'animal doit être nourri à partir d'aliments certifiés biologiques sans OGM, surfaces de logement pour l'animal, accès au plein air).

Quelles sont les différentes catégories d'huîtres ?

Les règles de dénomination et de calibrage des huîtres creuses ont été révisées en 2000, la traçabilité améliorée, les calibres regroupés en six catégories et l'indice de chair augmenté :

- **les « Huîtres fines » : huîtres creuses** provenant de parcs d'élevage ostréicoles français et ayant un indice de remplissage compris entre 6,5 et 10,5 exclu. L'indice de mesure du taux de remplissage est égal à : $\text{Masse de la chair égouttée de 20 huîtres (g)} \times 100 - \text{Masse totale de ces 20 huîtres (g)}$
- **les « Huîtres spéciales » :** huîtres creuses provenant de parcs d'élevage ostréicoles français et ayant un indice de remplissage, supérieur ou égal à 10,5 ;
- **les « Huîtres affinées en claire » :** huîtres provenant des parcs d'élevage ostréicoles français, affinées « en claires » pendant des durées déterminées. Les claires sont des bassins creusés en sol argileux, naturellement imperméables et de faible profondeur. Le fond peut se recouvrir périodiquement d'une algue verte qui pénètre dans les huîtres et leur confère des caractéristiques organoleptiques spécifiques. Les claires sont séparées par des talus alimentés en eau de mer naturelle. **Parmi les « Huîtres affinées en claire », on distingue deux sous-catégories :**
 - **les « Fines de claire » :** immergées en claires pendant au moins deux à trois semaines, selon l'époque de l'année, avec une densité maximale de 1 à 3 kg au mètre carré ;
 - **les « Spéciales de claire » :** immergées pendant au moins deux à trois semaines avec une densité maximale de 1 à 3 kg au mètre carré. Les « Fines de claires » et les « Spéciales de claires » doivent aussi répondre aux indices de qualité des « Fines » et des « Spéciales ».

Une nouvelle variété d'huîtres

L'huître « triploïde » possède trois lots de chromosomes, alors que l'huître est naturellement diploïde (deux lots de chromosomes). Cette particularité est issue du croisement entre une huître tétraploïde (ayant subi un choc thermique agissant sur la fécondation) et une huître diploïde. Ces

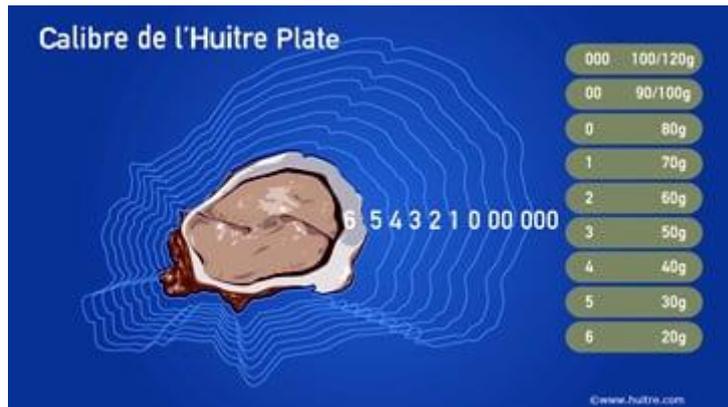
huîtres à l'état de larves sont exclusivement produites en éclosion. Stérile et donc sans laitance, l'huître triploïde présente l'avantage de grossir plus vite et sa texture est constante toute l'année.

Saisie par la DGCCRF, l'Anses (Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail) a confirmé l'innocuité de cette huître pour le consommateur et l'absence de risques pour l'environnement.

La tailles des huîtres

Les huîtres sont classées suivant les conventions professionnelles selon leur poids pour :

- **les huîtres plates :**



- **pour les huîtres creuses :**



Les huîtres longues sont définies par leur forme et doivent avoir un poids minimum de 30 g.

À quoi être attentif au moment de l'achat ?

- Tous les colis ou bourriches d'huîtres doivent porter l'étiquette sanitaire sur laquelle est indiquée la date de conditionnement ainsi que le nom du producteur.
- L'étiquette doit également comporter la mention : « ces coquillages doivent être vivants au moment de l'achat » ou une date limite de consommation.
- Elle doit enfin mentionner le pays d'élevage de l'huître et son mode de production, par exemple : « huîtres élevées en France ». L'étiquette sanitaire garantit que les huîtres ont été élevées dans des zones non polluées.

Comment les conserver ?

Les huîtres ne doivent jamais être retournées afin qu'elles ne se vident pas de leur eau. Elles doivent être placées au frais entre + 5° C et + 15°C, à l'abri de la lumière (elles meurent si la température est trop froide). Il est possible de les conserver 4 à 5 jours sous réserve qu'elles soient posées bien à plat. Il est préconisé de les ouvrir juste avant leur dégustation.

À l'ouverture, l'huître doit contenir de l'eau de mer, désignée comme étant la première eau, qu'il est conseillé de jeter. En effet, l'animal produit alors une seconde eau, dont le goût est plus fin que celui de la première eau.

Pour vérifier qu'une huître est fraîche, il faut la piquer avec la pointe du couteau ou y verser une goutte de citron : elle doit se rétracter un peu. Si elle se rétracte de façon importante, cela signifie qu'elle est déshydratée. L'absence de rétractation signifie que l'huître est morte. Elle n'est donc plus consommable. N'achetez jamais une huître qui « bâille », c'est-à-dire qui s'ouvre spontanément.

La rapidité et la fiabilité des transports ainsi que les techniques de conservation permettent de manger des huîtres, même à la saison chaude. Toutefois, les mois d'été, période de leur reproduction, elles seront plus grasses car pleines de laitance. Les consommateurs non amateurs d'huîtres laiteuses pourront se rabattre sur les huitres triploïdes, stériles.

Les contrôles de la DGCCRF

Des contrôles sont effectués auprès des expéditeurs, en amont et en aval, auprès de la grande distribution, des poissonneries et des restaurateurs. Des anomalies relatives à l'information du consommateur sont régulièrement relevées, comme l'affichage de calibres incorrects, notamment le n° 3, le plus recherché, pour les huitres creuses, et l'utilisation d'origine locale valorisante comme « Marennes-Oléron » ou « Arcachon » pour les huîtres simplement expédiées de Marennes ou d'Arcachon.

Des cas de francisation d'huîtres élevées à l'étranger, comme en Irlande, Portugal, Guernesey et vendues comme françaises ont parfois été constatés.