



Un vent de fraîcheur marin souffle sur l'été avec les Huîtres de Normandie

À l'arrivée de l'été, les envies d'escapades gourmandes et vivifiantes pointent le bout de leur nez. En famille ou entre amis, le littoral normand regorge de trésors touristiques et gastronomiques. Véritable terre d'évasion, la Normandie bénéficie des plus grandes marées d'Europe. Grâce à cet atout naturel, la Normandie est la première région productrice d'huîtres en France.

Elevées en pleine mer, les huîtres de Normandie ont une saveur à la fois iodée et fruitée leur conférant une finesse et un caractère unique. Cette singularité gustative se complète avec des qualités nutritives exceptionnelles.

Peu caloriques et pauvres en matières grasses, les huîtres de Normandie sont naturellement riches en vitamine C et en protéines de bonne qualité.



De plus, leur apport en calcium est indéniable : à titre d'exemple, 150g d'huîtres contiennent autant de calcium qu'un verre de lait.

L'huître de Normandie se révèle être le mets idéal de l'été pour les personnes soucieuses de leur ligne et adeptes des produits sains.



- La Normandie par
force huître,
quel délice !

Recettes et infos sur

<http://www.huitres-normandie.com/>



L'huître a une place des plus particulières en Normandie, on la retrouve au restaurant comme sur le marché, chez le poissonnier ou directement chez les producteurs. Avec les beaux jours, l'huître se consomme aussi bien en bord de mer que chez soi lors d'un apéritif ou d'un barbecue.

Les huîtres de Normandie sont ainsi les partenaires bien-être de l'été et ravissent les palais les plus fins pour un moment de partage autour de saveurs marines et rafraîchissantes.



• **L'huître de Normandie se décline en 4 grands crus, aux caractéristiques similaires mais au goût distinct :**

- Les huîtres de la Côte Ouest du Cotentin profitent d'une mer pure qui leur donne un goût corsé et iodé.
- Les fameuses Saint-Vaast, de la Côte Est du Cotentin sont à la fois iodées et charnues. Elles se distinguent par leur goût subtil de noisette.
- Les irrésistibles d'Isigny-sur-Mer sont reconnaissables à leur chair douce et croquante. Elles s'accommodent parfaitement aux préparations culinaires chaudes ou froides.
- Les savoureuses de la Côte de Nacre issues du plus jeune bassin ostréicole bas-normand, ont une saveur tonique grâce à leur chair charnue et ferme.

