

ARNAUD FILLEUL



# La pêche à pied

Éditions **OUEST-FRANCE**

# LES ROCHERS DE L'ESTRAN

Les rochers de la zone de balancement des marées abritent une multitude d'animaux fixés ou libres. Dès le milieu du baissant, le pêcheur à pied aura accès aux huîtres creuses et aux moules. Plus bas, sous les rochers et dans les failles, il trouvera plusieurs espèces de crabes : l'étrille, le crabe vert, le tourteau et même des araignées à l'occasion. Les anfractuosités rocheuses du bas de l'estran abritent également des homards et des ormeaux. Les bouquets sont pêchés à l'épuisette, en raclant les rochers. Enfin, nous présenterons les poissons de cet environnement.



# Les bivalves des zones rarement découvertes

La praire, la coquille Saint-Jacques, les pétoncles, l'huître plate, l'amande de mer, la bucarde épineuse

## LA PRAIRE (*VENUS VERRUCOSA*)

La praire est un excellent bivalve qui a souvent été surpêché. Même lors des marées de vives-eaux, il faut aller dans l'eau pour trouver ce délicieux coquillage. Autrefois, on utilisait un râteau muni d'une cage, ce qui permettait de pêcher à l'aveugle sur les

bancs de praires. Cette technique s'est avérée trop meurtrière et, maintenant, il faut soit les prélever à la main, en les visualisant au préalable, soit avec des outils divers mais de taille modérée. Le râteau, même classique, peut être localement interdit. Il faudra vérifier la législation locale la plus récente. La



La praire montre des stries concentriques profondes et une coquille épaisse.



Lorsque les eaux sont claires, on peut voir les praires en marchant dans l'eau.

praire est facile à reconnaître en raison de sa coquille bombée et épaisse, traversée de stries concentriques très prononcées. On la rencontre dans les zones sableuses, souvent des sables un peu grossiers. La plupart du temps, elle est seulement à moitié enfouie, et il est possible de les repérer lorsque les eaux sont claires. Lorsque les eaux sont troubles, le pêcheur à pied doit aller dans l'eau, aux très grandes marées, et les rechercher avec les outils autorisés localement. La taille légale est de 4,3 centimètres. La praire

est délicieuse farcie. Pour ouvrir une praire, il faut laisser l'animal reposer sur la table de travail, puis lorsqu'elle s'entrouvre, glisser prestement le couteau entre les valves, du côté opposé au ligament d'articulation, pour couper le muscle adducteur. Ensuite, mettre la chair de chaque praire dans une seule valve. Faire un beurre aillé avec 200 g de beurre demi-sel, de l'ail émincé et du persil. Mettez 1 cuillerée à café de beurre aillé dans chaque praire. Passer au four sous le grill 5 à 10 min.

## PÊCHE EN IMAGES – LA PÊCHE DU MULET AU PAIN

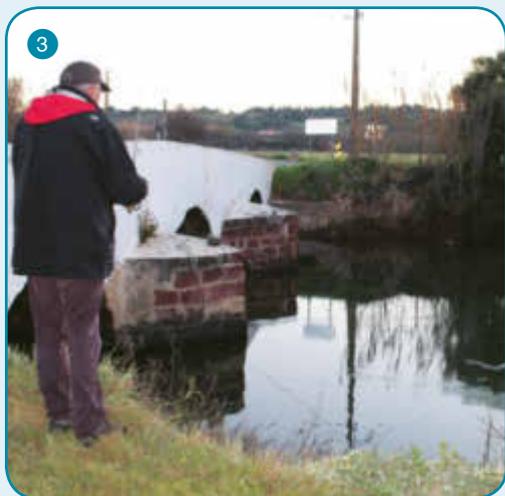
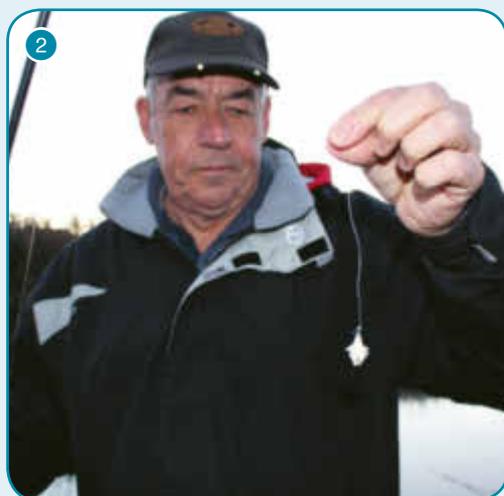
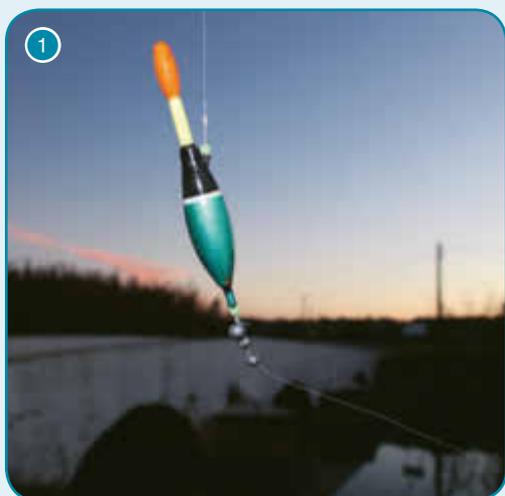
① On utilise un montage très simple : un flotteur supportant 5 grammes, quelques plombs pour l'équilibrage, un long bas de ligne de 60 à 80 centimètres terminé par un hameçon n° 10. La ligne est montée en nylon 25 centièmes.

② Sur l'hameçon, on place un morceau de pain de mie que l'on écrase sur la hampe, avec des doigts humidifiés. Ainsi serré sur l'hameçon, le morceau de pain tiendra

quelques minutes, ce qui est suffisant pour prendre un mullet.

③ Ce pêcheur s'est positionné sur un cours d'eau côtier qui subit l'influence des marées. La mer se situe quelques centaines de mètres plus en aval. On peut également pêcher ainsi sur des cuvettes de l'estran.

④ Le morceau de pain flotte en surface. Très vite, les mullets arrivés avec le flot s'intéressent à lui.

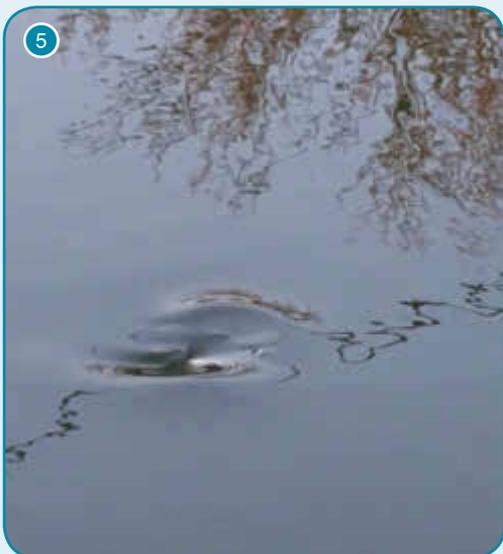


5 Dans un remous caractéristique, un mulot avale le morceau de pain.

6 Le mulot se débat vigoureusement au bout de la ligne.

7 Mais c'est le pêcheur qui gagne le combat.

8 Ce joli mulot montre sa lèvre supérieure caractéristique.



Dans cet ouvrage nous avons présenté beaucoup d'espèces prospérant en Bretagne et en Normandie. C'est bien normal, c'est là que ces animaux de l'estran trouvent une immense zone de vie, en raison des marées très fortes. Inversement, la Méditerranée, qui n'a pratiquement pas d'estran en raison de la faiblesse de marées, n'est pas réellement une zone de pêche à pied. Néanmoins, le littoral méditerranéen est un environnement très riche où l'on peut, en marchant dans l'eau, collecter des coquillages. Nous allons en présenter quelques-uns, et nous ferons

également un détour vers le sud-ouest de l'Europe, en Algarve, pour présenter le triton à bosse (*Charonia lampas*) et l'étonnant *Cymbium olla*.

### LE TRITON À BOSSES (*CHARONIA LAMPAS*)

C'est un énorme gastéropode, à la coquille splendide, prisée des collectionneurs. L'animal se rencontre en Atlantique et en Méditerranée. Il est devenu rare en France, mais il est fréquent localement sur les côtes de la péninsule ibérique. Les



Le corps de l'animal montre une spectaculaire couleur orange.



Spécimen rampant sur le fond (Ria Formosa, Algarve).

spécimens présentés ici ont été trouvés dans la ria Formosa, en Algarve, au sud du Portugal. La coquille présente effectivement des tubercules, modérément développés. Le corps de l'animal est étonnant, puisqu'il est rouge orange. Les deux tentacules de la

tête montrent par ailleurs deux cercles noirs. C'est un prédateur qui se nourrit surtout d'échinodermes. Il sort essentiellement la nuit, s'envasant de jour. La coquille peut atteindre 40 centimètres.

## LE TRITON VELU (*MONOPLEX PARTHENOPEUS*)

Aussi appelé triton de Naples, il est, de son vivant, recouvert d'un périostracum très fourni, lui donnant effectivement un aspect velu, et lui assurant un très bon camouflage. Le pied montre d'étonnants motifs, particulièrement jolis. Il appartient à la famille des Ranellidés. C'est un prédateur nocturne qui consomme des bivalves, d'autres

gastéropodes et des échinodermes. Il se rencontre en Méditerranée et en Atlantique, mais pas dans les eaux froides. Il ne se mange pas, mais sa coquille, une fois nettoyée, est appréciée des collectionneurs. Au sud du Portugal, il se trouve dans la vase ou le sable lors des grandes marées.



Triton velu (*Monoplex parthenopeus*).



# TABLE DES MATIÈRES

---

INTRODUCTION .....	7
LE RYTHME DES MARÉES .....	8
QU'EST-CE QUE L'ESTRAN .....	12
LES NOTIONS DE BASE .....	18
Sécurité, organisation, respect de l'environnement .....	20
COMMENT PÊCHER SUR L'ESTRAN .....	24
LES ZONES SABLO-VASEUSES, DEPUIS LE MILIEU JUSQU'AU BAS DE L'ESTRAN .....	26
La coque .....	28
Comment la reconnaître .....	28
Que faut-il repérer ? .....	29
La technique de pêche et le matériel .....	30
Biologie, ce qu'il faut savoir .....	31
Conseils de cuisine ( <i>Une recette facile</i> ) .....	31
<b>Pêche en images</b> .....	32
Les couteaux .....	34
Comment les reconnaître .....	34
Que faut-il repérer ? .....	35
La technique de pêche et le matériel .....	36
Biologie, ce qu'il faut savoir .....	39
Conseils de cuisine .....	39
<b>Pêche en images</b> .....	40
Les palourdes .....	43
Comment la reconnaître .....	43
Que faut-il repérer ? .....	45
La technique de pêche et le matériel .....	46
<b>Pêche en images</b> .....	48
Biologie, ce qu'il faut savoir .....	49
Conseils de cuisine .....	49
Autres mollusques des zones sablo-vaseuses .....	50
Autres bivalves fouisseurs .....	50
Gastéropodes des zones sableuses .....	52
La crevette grise .....	56
Comment la reconnaître .....	56
Que faut-il repérer ? .....	57
La technique de pêche et le matériel .....	58
<b>Pêche en images</b> .....	60
Biologie, ce qu'il faut savoir .....	62
Conseils de cuisine .....	62
Vive et Callionymes .....	63
La Petite vive ( <i>Echiichthys Vipera</i> ) .....	63
Les Callionymes ( <i>Genre Callionymus</i> ) .....	65
Les poissons plats .....	66
La Plie, la Barbue, le Turbot, la Sole .....	66
La Plie ( <i>Pleuronectes Platessa</i> ) .....	66

La Barbue ( <i>Scophthalmus Rhombus</i> ).....	70
Le Turbot ( <i>Scophthalmus Maximus</i> ).....	73
La Sole commune ( <i>Solea Solea</i> ).....	74
Les lançons.....	76
Comment les reconnaître.....	76
Que faut-il repérer ?.....	77
La technique de pêche et le matériel.....	78
<b>Pêche en images</b> .....	<b>79</b>
Biologie, ce qu'il faut savoir.....	80
Conseils de cuisine.....	81
<b>LES ROCHERS DE L'ESTRAN</b> .....	<b>82</b>
L'huître creuse.....	84
Comment la reconnaître.....	84
Que faut-il repérer ?.....	85
La technique de pêche et le matériel.....	86
<b>Pêche en images</b> .....	<b>87</b>
Biologie, ce qu'il faut savoir.....	88
Conseils de cuisine.....	88
Le bigorneau.....	90
Comment le reconnaître.....	90
Que faut-il repérer ?.....	91
La technique de pêche et le matériel.....	92
<b>Pêche en images</b> .....	<b>93</b>
Biologie, ce qu'il faut savoir.....	94
Conseils de cuisine.....	94
Autres gastéropodes des rochers.....	95
Les Littorinidés.....	95
Les Triochidés.....	96
Les Gastéropodes carnivores.....	97
La Patelle ( <i>Patella Vulgata</i> ).....	99
Les crabes.....	100
Comment les reconnaître.....	101
Que faut-il repérer ?.....	107
La technique de pêche et le matériel.....	108
Biologie, ce qu'il faut savoir.....	110
Conseils de cuisine.....	111
<b>Pêche en images</b> .....	<b>112</b>
Le homard.....	114
Comment le reconnaître.....	114
Que faut-il repérer ?.....	115
La technique de pêche et le matériel.....	116
Biologie, ce qu'il faut savoir.....	117
Conseils de cuisine.....	117
<b>Pêche en images</b> .....	<b>118</b>
Le bouquet.....	120
Comment le reconnaître.....	120
Que faut-il repérer ?.....	121
La technique de pêche et le matériel.....	122
Biologie, ce qu'il faut savoir.....	123

Conseils de cuisine .....	123
<b>Pêche en images</b> .....	<b>124</b>
Autres crustacés des rochers de l'estran .....	126
La petite araignée de mer ( <i>Pisa Tetraodon</i> ) .....	126
Le Xanthe poilu ( <i>Xantho Pilipes</i> ) .....	127
La Galathée verte ( <i>Galathea Squamifera</i> ) .....	128
La Porcellane velue ( <i>Porcellana Platycheles</i> ) .....	129
Les Pagures (espèces de la super famille des <i>paguroidea</i> ) .....	130
L'ormeau .....	131
Comment le reconnaître .....	131
Que faut-il repérer ? .....	132
La technique de pêche et le matériel .....	133
<b>Pêche en images</b> .....	<b>134</b>
Biologie, ce qu'il faut savoir .....	136
Conseils de cuisine .....	137
Poissons de roches .....	138
Les Gobies (famille des gobiidés) .....	139
Les Blennies (famille des blennidés) .....	140
Le Chabot ( <i>Taurulus Bubalis</i> ) .....	141
La Motelle à cinq barbillons ( <i>Ciliata Mustela</i> ) .....	142
La Gonelle ( <i>Pholis Gunnellus</i> ) .....	143
Le Lépadogaster ( <i>Lepadogaster Lepadogaster</i> ) .....	144
Le cas de la petite roussette ( <i>Scyliorhinus Canicula</i> ) .....	145
<b>LES PRAIRIES À ZOSTÈRES ET ZONES RAREMENT DÉCOUVERTES</b> .....	<b>146</b>
Les bivalves des zones rarement découvertes .....	148
La Prairie ( <i>Venus Verrucosa</i> ) .....	148
La coquille Saint-Jacques ( <i>Pecten Maximus</i> ) .....	150
Les Pétoncles .....	152
L'huître plate ( <i>Ostrea Edulis</i> ) .....	153
L'amande de mer ( <i>Glycymeris Glycymeris</i> ) .....	154
La Bucarde rouge ( <i>Acanthocardia Echinata</i> ) .....	155
Les céphalopodes .....	156
Le Calmar ( <i>Loligo Vulgaris</i> ) .....	157
La Seiche ( <i>Sepia Officinalis</i> ) .....	158
La Sépiole ( <i>Sepiolo Atlantica</i> ) .....	159
La Pieuvre ( <i>Octopus Vulgaris</i> ) .....	160
Les poissons de l'ordre des Syngnathiformes .....	162
La Syngnathe ou aiguille de mer ( <i>Syngnathus Acus</i> ) .....	163
L'entélure ( <i>Entelurus Aequoreus</i> ) .....	164
Le Siphonostome ( <i>Siphonostoma Typhle</i> ) .....	164
La petite aiguille de mer ( <i>Syngnathus Rostellatus</i> ) .....	166
La petite vipère de mer ( <i>Nerophis Lumbriciformis</i> ) .....	167
Les Hippocampinés (Les Hippocampes) .....	168
Les Gastérostéidés .....	170
Les cas particuliers du targeur et de la torpille .....	172
Le Targeur ( <i>Zeugopterus Punctatus</i> ) .....	172
La Torpille marbrée ( <i>Torpedo Marmorata</i> ) .....	176

<b>LA PÊCHE DU FLET</b> .....	<b>180</b>
La pêche du flet à la fouène dans les eaux saumâtres.....	182
Pêche en images.....	184
<b>LA MER MONTE, LES POISSONS AUSSI !</b> .....	<b>186</b>
Les mulets (poissons de la famille des Mugilidés).....	189
<b>Pêche en images – La pêche du Mulet au pain</b> .....	<b>192</b>
Le Bar ( <i>Dicentrarchus Labrax</i> ).....	195
<b>Pêche en images – La pêche du Bar au bouquet</b> .....	<b>196</b>
<b>Pêche en images – Une variante en utilisant des lançons</b> .....	<b>198</b>
Le Congre ( <i>Conger Conger</i> ) et l'Anguille ( <i>Anguilla Anguilla</i> ).....	200
Le Maquereau ( <i>Scomber Scombus</i> ) et le Chinchard ( <i>Trachurus Trachurus</i> ).....	204
La Raie bouclée ( <i>Raja Clavata</i> ) et la Raie brunette ( <i>Raja Undulata</i> ).....	206
<b>OBSERVATIONS NATURALISTES : LES OISEAUX DE L'ESTRAN</b> .....	<b>210</b>
L'aigrette garzette ( <i>Egretta Garzetta</i> ).....	213
Le Héron cendré ( <i>Ardea Cinerea</i> ).....	214
Le Cormoran huppé ( <i>Phalacrocorax Aristotelis</i> ) et le Grand cormoran ( <i>Phalacrocorax Carbo</i> ).....	217
Le Tadorne de Belon ( <i>Tadorna Tadorna</i> ).....	218
La Bernache cravant ( <i>Branta Bernicla</i> ).....	221
Les Goélands (espèces du genre <i>Larus</i> ).....	222
Les Mouettes (plusieurs espèces de la famille des Laridés).....	225
Les Sternes (plusieurs espèces de Laridés).....	226
Le Courlis Corlieu ( <i>Numenius Phaeopus</i> ) et le Courlis Cendré ( <i>Numenius Arquata</i> ).....	227
Les Chevaliers (plusieurs espèces de Scolopacidés).....	228
Les Bécasseaux (nombreuses espèces de la famille des Scolopacidés).....	229
Les Barges (espèces du genre <i>Limosa</i> ).....	230
L'échasse blanche ( <i>Himantopus Himantopus</i> ).....	232
L'avocette élégante ( <i>Recurvirostra Avosetta</i> ).....	233
Les Gravelots (plusieurs espèces du genre <i>Charadrius</i> ).....	234
Le Tournepierre à collier ( <i>Arenaria Interpres</i> ).....	235
L'huïtrier-pie ( <i>Haematopus Ostralegus</i> ).....	236
Rare mais spectaculaire, la Spatule blanche ( <i>Platalea Leucorodia</i> ).....	237
<b>LES ESPÈCES DU SUD DE LA FRANCE ET DE L'EUROPE</b> .....	<b>238</b>
Le Triton à bosses ( <i>Charonia Lampas</i> ).....	240
Le Cymbium ( <i>Cymbium Olla</i> ).....	242
La Bouche de sang ( <i>Stramonita Haemastoma</i> ).....	244
Le Rocher Fascié ( <i>Hexaplex Trunculus</i> ).....	245
Le Triton velu ( <i>Monoplex Parthenopeus</i> ).....	246
Le Murex épineux ( <i>Bolinus Brandaris</i> ).....	248
L'oursin violet ( <i>Paracentrotus Lividus</i> ).....	249
<b>CONCLUSION</b> .....	<b>250</b>

Éditions **OUEST-FRANCE**

Rennes

Éditeur Jérôme Le Bihan

Coordination éditoriale Lise Corlay

Collaboration éditoriale Louise Lebleu et Clara Siou

Conception graphique Studio des Éditions Ouest-France

Mise en page et photogravure Graph&ti, Cesson-Sévigné (35)

Impression SEPEC, Péronnas (01)

© 2019, Éditions Ouest-France, Édilarge SA, Rennes

ISBN 978-2-7373-8081-5 • N° d'éditeur 10176.01.2,5.05.19

Dépôt légal : mai 2019

Imprimé en France

[www.editionsouestfrance.fr](http://www.editionsouestfrance.fr)