



Délices
des Hauts-
de-France

Le petit guide
des produits et de la gastronomie

Le terroir,
ça se cultive

06



Fruits &
légumes

10



Poissons &
fruits de mer

16



Viandes &
charcuteries

22



Fromages &
produits laitiers

28



Les boissons

40



Desserts &
sucreries

34



Des réseaux

46



La qualité
estampillée

49

Sommaire

LE PETIT GUIDE DES PRODUITS ET DE LA GASTRONOMIE DES HAUTS-DE-FRANCE



Poissons & fruits de mer
Hareng, Saint-Jacques, cabillaud, lingue bleue, homard, tourteau...
Les eaux de la Manche et de la Mer du Nord sont un vivier inestimable !



Volailles de Licques
Reconnue en Label Rouge, cette volaille, mascotte culinaire, se savoure toute l'année et cela ne date pas d'hier !



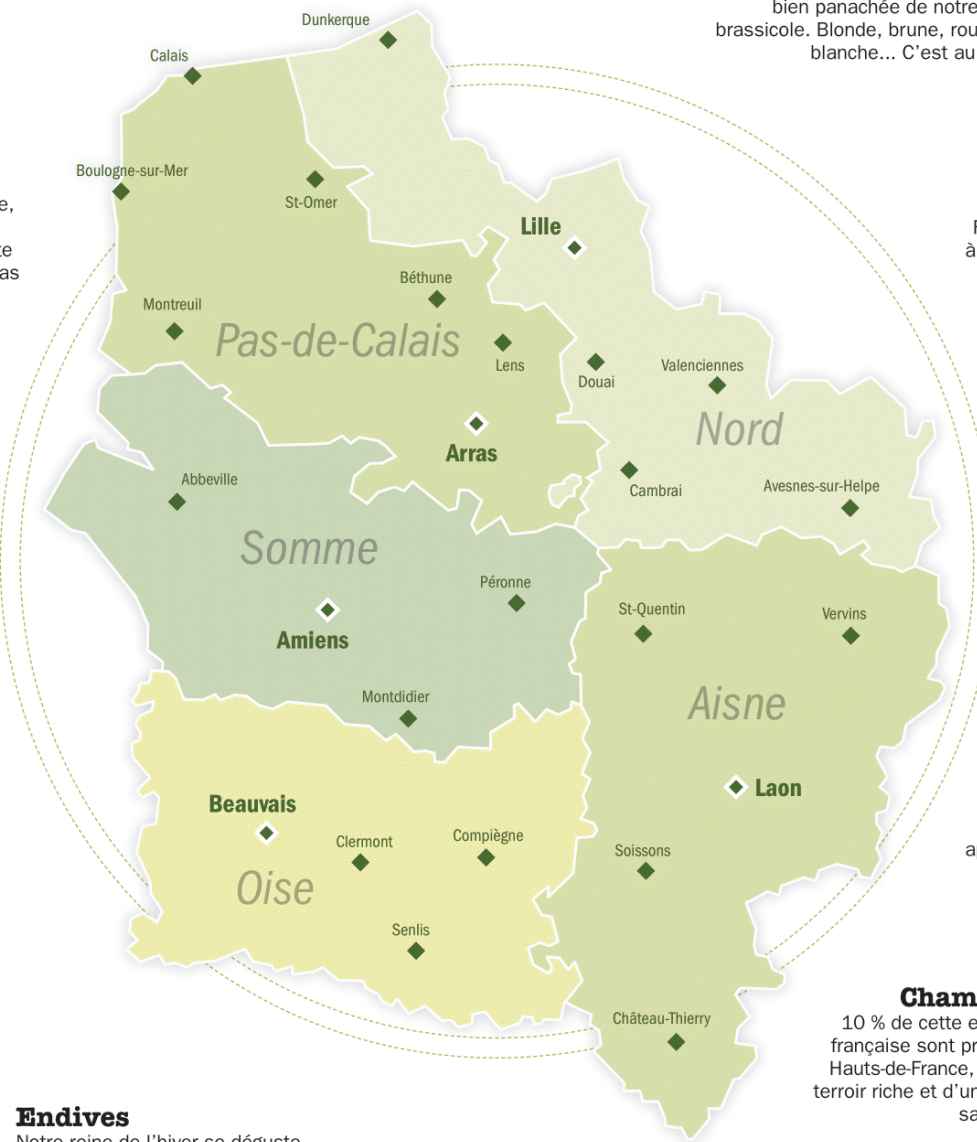
Agneau de Prés-salés de la baie de Somme
Goût persillé et arômes intenses en bouche, l'agneau reconnu AOP* perpétue un savoir-faire remontant au XVI^{ème} siècle.



Pommes de terre
Elle est grande et variée la famille pommes de terre ! Plus de 200 variétés au compteur !



Endives
Notre reine de l'hiver se déguste à toutes les sauces : crue, cuite, gratinée, flambée, confite...



Bières

La carte des bières régionales s'allonge d'année en année, déjà bien panachée de notre passé brassicole. Blonde, brune, rousse ou blanche... C'est au choix !



Gaufres

Fine, fourrée à la vergoïse ou à la vanille, la gaufre s'illustre parmi les préférées de nos gourmandises.



Maroilles

C'est le plus connu et le plus populaire des fromages des Hauts-de-France et le seul à porter l'AOP* mais notre terroir se distingue aussi d'une rare diversité de fromages.



Haricot de Soissons

Cuisiné froid ou en accompagnement, il est apprécié pour son goût délicat et prisé des grands chefs.



Champagne

10 % de cette excellence française sont produits en Hauts-de-France, fruit d'un terroir riche et d'un précieux savoir-faire.

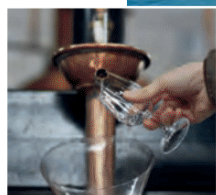
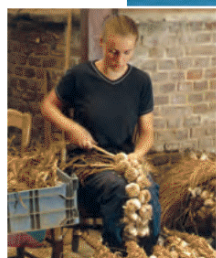
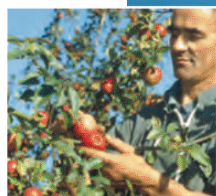


*AOP : Appellation d'Origine Protégée

Le terroir, ça se cultive !

Terre, territoires, terroirs.
Ce n'est pas le fruit du hasard
si ces mots ont une racine
commune.

La nature façonne les territoires qui, à leur tour, s'expriment en un camaïeu de terroirs. Et en la matière, la palette gastronomique des Hauts-de-France est immense. Chacun à son niveau ravive une couleur comme une épice relève un plat. Éleveurs, cultivateurs, maraîchers, marins-pêcheurs, charcutiers, fromagers, pâtisseries, boulangers mais aussi apiculteurs, confiseurs, viticulteurs, brasseurs... Jusqu'aux chefs cuisiniers qui subliment ces terroirs pour le plaisir des consommateurs. L'expression du "jardin à l'assiette" prend ici tout son sens.



Qu'ils habitent dans des villages reculés ou en périphérie des grandes villes, qu'ils soient à la tête d'une vaste exploitation ou qu'ils gèrent une ferme familiale, ces ambassadeurs culinaires ont l'art de nous transmettre leur passion. Goûts et bagout, diversité et générosité. Dans les Hauts-de-France, on récolte d'abord ce qu'on « s'aime ». D'ailleurs notre calendrier n'est-il pas rythmé par des fêtes, des foires et autres événements culinaires en l'honneur de ces produits ? (Voir ci-dessous)

Il faut bien admettre que la nature nous a particulièrement gâtés. Depuis la nuit des temps, la mer nous offre le meilleur d'elle-même. Poissons et crustacés font la fierté de Boulogne-sur-Mer tandis que les petits ports (Saint-Valéry-sur-Somme, Quend, Audresselles, Wissant) fournissent aux gourmets les coques, la Saint-Jacques, le homard mais aussi la fameuse moule de Bouchot.

Le calendrier gourmand !

FÉV.	Fête de l'endive (Haisnes)		Foire à l'ail (Locon)
MARS	Foire au chocolat (Chantilly)		Fête de la flamiche et du maroilles (Landrecies)
AVRIL	Foire aux boudins (Saint-Quentin)		Foires aux fromages (La Capelle)
MAI	Foire aux fromages (Compiègne)	SEPT.	Fête de la pomme et du cidre (Chambly)
JUIN	Fête du crabe (Audresselles)		Fête de la carotte (Beauvais)
	Fête des fraises (Samer)		Fête du cidre et de la pomme (Boué)
	Fête du sucre (Cambrai)		Fête du haricot (Soissons)
	Fête des hortillonages (Amiens)	OCT.	Foire aux lingots (Calonne-sur-la-Lys)
	Fête des salicornes (Le Crottoy)		Fête du cidre (Milly-sur-Thérain)
JUILLET	Fête des fruits rouges (Noyon)		Fête du légume et du chou-fleur (Saint-Omer)
	Fête des craquelins (Neuville-en-Ferrain)		Fête de la chicorée (région d'Audruicq)
	Fête de la tarte (Bougainville)	NOV.	Festival de la bière (Lille)
AOÛT	Fête de l'andouillette (Arras)	DÉC.	Fête de la dinde (Licques)





Première productrice de France d'endives, de pommes de terre et de betteraves sucrières, notre région accède au podium dans la quasi-totalité des catégories. Carottes, haricots verts, épinards, petits pois, oignons, choux... Ajoutons à cela des vergers en grand nombre, des viandes de qualité (volaille de Licques, agneau de Prés-salés de la baie de Somme, Rouge flamande et Bleue du Nord), des fromages aux mille saveurs servis sur un plateau (rollot, mimolette, maroilles, tommes en tout genre), des desserts en abondance, des sucreries à croquer, et nous voilà prêts à remplir n'importe quelle carte de restaurant. Qu'il s'agisse d'un estaminet typique, d'un Relais château, d'une auberge campagnarde ou d'un bistrot de ville.

Et en plus, on a de quoi trinquer ! C'est bien connu, dans les Hauts-de-France, la bière coule à flot. Mais pas que. D'autres breuvages naissent sur notre sol. Le genièvre, des limonades insolites, du cidre de caractère et même du champagne pour les grandes occasions.

Afin de partager l'authenticité de ce patrimoine unique, on favorise les circuits courts ou les drives fermiers. On aime célébrer les produits lors de fêtes et sous la houlette des confréries. Partager est une chose, protéger en est une autre. Pour offrir aux consommateurs que nous sommes tous des produits à la qualité irréprochable, des acteurs œuvrent pour obtenir les précieuses estampilles : AOP, Bio, IGP, Label Rouge, STG (voir page 49).

Défendre l'étendue et la diversité de tous les terroirs des Hauts-de-France, tel est aussi l'objectif de ce guide. Vous verrez que l'appétit peut aussi venir en lisant.



LES FRUITS & LÉGUMES DE SAISON

Pas toujours facile de s'y retrouver pour consommer au fil des saisons... Pour vous aider à mieux identifier les produits frais à ne pas manquer, petit tour d'horizon des légumes, fruits et aromates cultivés en région Hauts-de-France.

PRINTEMPS

LÉGUMES

Ail, asperge, betterave, blette, brocoli, carotte, céleri branche, céleri rave, champignon de Paris, chou de Bruxelles, chou fleur, chou rave, chou rouge, concombre, courge, courgette, cresson, échalote, endive, épinard, fenouil, fève, haricot vert, laitue, batavia, mâche, navet, oignon frais, oignon sec, poireau, panais, petit pois, petit pois gourmand, radis noir, radis rose, rutabaga, pomme de terre, scarole, topinambour.

FRUITS

Cerise, fraise, pomme, rhubarbe.

AROMATES

Basilic, coriandre, menthe, persil, thym frais.

ÉTÉ

LÉGUMES

Ail, artichaut, aubergine, betterave, blette, brocoli, carotte, céleri branche, céleri rave, champignon de Paris, chou de Bruxelles, chou fleur, chou frisé, chou rave, chou rouge, concombre, cornichon, courge, courgette, cresson, échalote, épinard, fenouil, haricot vert, laitue, batavia, mâche, navet, oignon frais, poireau, petit pois, petit pois gourmand, poivron, radis noir, radis rose, pomme de terre, scarole, tomate, topinambour.

FRUITS

Cassis, cerise, coing, fraise, framboise, mirabelle, mûre, myrtille, noix fraîche, poire, pomme, rhubarbe.

AROMATES

Basilic, coriandre, menthe, persil.

AUTOMNE

LÉGUMES

Ail, artichaut, aubergine, betterave, blette, brocoli, carotte, céleri branche, céleri rave, champignon de Paris, chou de Bruxelles, chou fleur, chou frisé, chou rave, chou rouge, concombre, cornichon, courge, courgette, cresson, échalote, endive, épinard, fenouil, haricot vert, laitue, batavia, mâche, navet, oignon sec, poireau, panais, poivron, radis noir, radis rose, rutabaga, pomme de terre, scarole, tomate, topinambour.

FRUITS

Châtaigne, coing, fraise, framboise, mirabelle, mûre, myrtille, noix fraîche, poire, pomme, rhubarbe.

AROMATES

Basilic, menthe, persil, thym frais.

HIVER

LÉGUMES

Ail, betterave, blette, carotte, céleri rave, champignon de Paris, chou de Bruxelles, chou fleur, chou frisé, chou rave, chou rouge, courge, cresson, échalote, endive, épinard, fenouil, laitue, batavia, mâche, navet, oignon frais, oignon sec, poireau, panais, radis noir, radis rose, rutabaga, pomme de terre, topinambour.

FRUITS

Poire, pomme.

AROMATES

Persil, thym frais.



Une région
QUI A
LA PATATE
et bien plus encore...



◆ **N°1 mondial**
des régions productrices d'endives*

◆ **N°1 européen**
des pommes de terre*

◆ **N°1 français**
des choux de Bruxelles, cornichons, oignons, petits pois, haricots verts et salsifis*



Fruits & légumes le haut du panier !

Dans notre région, la culture de la pomme occupe la moitié des surfaces fruitières mais représente 80 % du tonnage.

Petit pois, carotte, haricot vert, betterave rouge, poireau, épinard, chou-fleur, ail, oignon, salsifis, champignon blanc et rosé, sans oublier les fleurons que sont l'endive et la pomme de terre. Voilà qui plante le décor légumier des Hauts-de-France !

Beaucoup l'ignorent mais cet incroyable potager s'ouvre aussi sur de nombreux vergers. Bien que largement dominée par la pomme, la production régionale fruitière s'étend à la poire mais aussi à la fraise, à la groseille, à la cerise et à la prune. Avec des variétés souvent issues de traditions ancestrales.

Mais aussi riche soit elle, cette diversité serait vaine sans le respect des saisons, la garantie fraîcheur, la diversification des produits et la multiplication des circuits de distribution. **Autant de raisons qui placent les Hauts-de-France dans le haut du panier.**



Le saviez-vous ?

Les Hauts-de-France sont le 3^{ème} pôle français du champignon avec 11% du volume national et la 1^{ère} région française de production de groseilles !

La région est également leader français de la conserverie. Les haricots verts et les petits pois représentent à eux seuls les % de la production. *



Cultivé dans la vallée de la Lys, le lingot du Nord est le seul légume des Hauts-de-France à cumuler deux signes officiels de qualité : le Label Rouge et l'IGP.

Des signes officiels gages de qualité et d'origine

Le Label Rouge est un gage de qualité supérieure à celle d'un produit courant similaire. Il met l'accent sur les vertus gustatives et veille à ce que tous les maillons de la chaîne de production respectent un strict cahier des charges.

Dans les Hauts-de-France, 5 légumes en sont dépositaires : le lingot du Nord (qui bénéficie lui aussi d'une IGP (Indication Géographique Protégée), le flageolet vert, la pomme de terre Pompadour, la pomme de terre de Merville et l'endive de pleine terre.



Pour en savoir plus sur les produits d'Identification de Qualité et d'Origine (SIQO) Hauts-de-France, rendez-vous sur : goutezlaqualite.com

Échappées belles !



Dans les marais, la différence, ça se cultive !

À Saint-Omer, les premières traces de production de choux-fleurs remontent à 1709. Trois siècles plus tard, le marais audomarois perpétue la tradition maraîchère.

On y cultive principalement le chou-fleur, le chou blanc ainsi que le céleri rave. Chaque année, entre 4 et 5 millions de têtes sont coupées manuellement avant de partir partout en France où ils s'apprécieront en gratin, beignet, cake ou soupe.

À Amiens, depuis 1492, les Hortillonnages sont connus pour être des marais où l'on cultive des légumes. Des jardins flottants, à un jet de pierre de la Cathédrale, dont la terre féconde profite à la culture de l'artichaut, de la carotte, du céleri, du chou, du haricot, du navet ou encore du radis. Bref l'essentiel du pot-au-feu.



Photo du haut : Le 3^e dimanche de juin à Amiens au cours de la Fête dans la ville, les maraîchers descendent la Somme dans des barques à cornet chargées de légumes provenant des Hortillonnages.

Photo du bas : Inscrit par l'Unesco Réserve biosphère en 2013, le marais audomarois s'étend sur 3 726 hectares dont 420 sont dévolus au maraîchage.

Les Incontournables !



Des pommes oui ! Mais des poires aussi...

Dans les Hauts-de-France, on cultive la pomme dans tout le territoire : du Ternois en passant par le Boulonnais, en Thiérache, autour de Villers-Cotteret, en Picardie maritime mais aussi en pays de Bray, dans le sud de l'Oise...

L'une des spécificités de notre région est de faire ressurgir d'anciennes variétés hautes-tiges qui se savourent cuites ou au couteau comme la Lans Caillier (Avesnois) et la Jacques Lebel (Somme). On pense à la tarte flamande avec la Double Bon Pommier ou au Patrouillard, délicieuse tourte sucrée de la Côte d'Opale réalisée avec de la Rambour rouge. Les poires ne sont pas en reste. Croquer dans une Beurré Bachelier des Flandres, savourer une compotée de Long Chiff (Amiens) ou de Bergamotte Philippot (Saint-Quentin) est une expérience. À moins de préférer une Belle de Moncheaux cuite... au vin rouge.



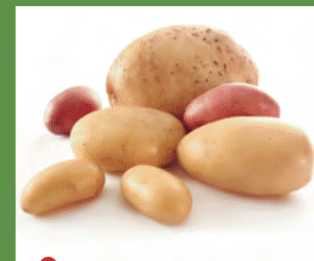
L'endive, reine de l'hiver

L'endive se déguste aussi bien crue que cuite. En salade, gratinée, en soupe bien sûr, mais aussi flambée au genièvre de Houlle, sur toast avec de la dinde de Licques, en cake avec du hareng saur, ou confite mélangée à de l'orange et du chocolat. L'endive appelée aussi la perle du nord ou chicon a une cousine : la Carmine. Croisement de 3 chicorées (Witloof, Chioggia et Véronne), elle est reconnaissable à ses feuilles rouges nervurées de forme pommée.



La rhubarbe, un légume !

Primo, la rhubarbe est un légume et non pas un fruit. Et il en existe plus d'une centaine de variétés ! Deuisio, seule la rhubarbe à chair verte est acide. La rhubarbe rosée est fruitée tandis que la rhubarbe rouge est carrément douce, voire sucrée. Tertio, il n'y a pas que la tarte à la rhubarbe comme recette ! La rhubarbe se cuisine en chips, en chutney, en sorbet, accompagne aussi bien les poissons que le foie gras.



La pomme de terre aux robes multiples

Qu'elle est grande et variée la famille Pommes de terre ! Il y a Annabelle, Caesar, Charlotte, Olivia, Nicolas, Samba, Victoria et surtout Bintje. Certainement la variété la plus connue. Car avec Monalisa, elle sert à faire les frites, le plat préféré des petits et des grands. Dans les Hauts-de-France, les tubercules se prêtent en réalité à toutes les cuissons. Miss Blush rissolée, Laurette en galette, Vitelotte en salade, Lily Rose en émulsion et la Ratte du Santerre mijotée. Un Français consomme en moyenne 25 kilos de pommes de terre par an.



Antoine-Augustin Parmentier est né à Montdidier (Somme). Serait-ce grâce à lui que

notre région aime autant la pomme de terre...

2 pommes de terre sur 3 sont produites en Hauts-de-France avec plus de 200 variétés et 5800 producteurs.

7 frites surgelées sur 10 viennent des Hauts-de-France !



LES CIRCUITS COURTS ONT LE VENT EN POUPE

Point de vente à la ferme, libre cueillette, distributeur automatique de produits fermiers, drive fermier, Amap ou la possibilité de se constituer un authentique panier fermier via le web sont autant de modes de distribution accessibles à tous.

En cinq ans, les formes de circuits courts se sont multipliées en région, essentiellement dans les zones densément peuplées, là où il y a une grande tradition de maraîchage. Ces multiples points de vente, souvent lieux de convivialité et d'échanges, proposent des produits frais mais surtout de saison et soutiennent le "manger local".

Pour trouver les produits des fermes près de chez vous, pensez à consulter : ouacheterlocal.fr et bienvenue-a-la-ferme.com/hautsdefrance



Le BIO progresse !

873
PRODUCTEURS
BIO, soit 3,6 %
des fermes



+16%
DE SURFACE
CONVERTIE AU BIO
EN 2017



+60%
DU BIO CONCERNE
LE VÉGÉTAL
(grande culture et maraîchage)



155
MAGASINS
BIO en
Hauts-de-France



Source : Carte d'identité de l'agriculture Biologique en Hauts-de-France, A PRO BIO 2017.

Histoires de goûts



Soissons et le haricot magique

Menacé d'extinction à l'aube des années 2000, ce haricot blanc est aujourd'hui indissociable de Soissons. Une vingtaine de producteurs réunis en coopérative le cultive sur une dizaine d'hectares. De par sa taille, il est le plus gros haricot de France, et son goût délicat comme sa couleur ivoire sont prisés des grands chefs. Il est aussi plébiscité pour ses vertus nutritionnelles variées. Cuisiné froid en salade ou chaud en accompagnement de viande et de poisson, certains l'apprécient en glace accompagné de jus de betterave et de vodka ! Un trou picard revisité.



Les fraises, on en raffole !

La fraise est principalement produite à Phalempin, Béthune, Landrethun-les-Ardres ou encore Voyenne ou Esquennoy. Quant à la fraise de Samer près de Saint-Omer, elle se bat pour obtenir l'IGP*.



La carotte, ça nous botte !

Très présente dans le Saint-Quentinois, le Laonnais, la Champagne crayeuse, en Picardie maritime et dans l'Artois, la carotte est pleine de vertus. Si les 2/3 de la production sont destinés à l'industrie, il en existe une dont on parle beaucoup : la carotte de Tilques dans l'ouest Audomarois. Cette carotte tardive (récoltée de juillet à novembre) qui vise l'IGP* est plus sucrée et plus douce que l'Amsterdam ou la nantaise cultivées en région. Elle s'exprime en tarte, en soupe, en flan et même en... confiture !

*Voir page 49.



Tartelettes au chèvre frais & ses petits légumes

🍷 x6 | ⌚ 30' | DIFFICULTÉ ★★☆☆

INGRÉDIENTS

- 1 pâte brisée
- 6 carottes nouvelles
- 100 g de petits pois frais
- ½ botte d'asperges vertes
- ½ botte de radis ronds
- 200 g de chèvre frais
- 100 g de fromage blanc
- un peu de miel ou d'huile d'olive
- sel, poivre de baies roses

PRÉPARATION

Préchauffez le four à 180°C.

Étalez la pâte brisée puis foncez-la dans des moules à tartelettes. Piquez-la avec une fourchette, puis couvrez de papier et de billes de cuisson.

Enfournez pendant 15 minutes. Retirez le papier et les billes de cuisson et poursuivez la cuisson 5 minutes pour faire dorer la pâte. Laissez refroidir.

Ecossez les petits pois. Pelez les carottes et taillez-les afin de leur donner une plus petite taille. Coupez la base des asperges.


Faites bouillir une casserole d'eau salée puis cuisez les carottes à l'anglaise (5 minutes de cuisson après la reprise de l'ébullition). Faites de même pour les petits pois et les asperges (3 minutes de cuisson). Réservez quelques minutes dans de l'eau froide puis égouttez les légumes.

Mélangez le chèvre frais, le fromage blanc, du sel et du poivre de baies roses.

Garnissez les fonds de tarte de crème puis disposez les légumes harmonieusement. Ajoutez un filet de miel ou d'huile d'olive ainsi qu'un tour de moulin de baies roses.

Recette réalisée par amandinecooking.com

Parole d'expert !



C'est le potager qui me guide au quotidien...

Les légumes et les fruits sont les éléments principaux de mes plats, ma source d'inspiration. Si je vous dis que la façon de tailler une simple betterave - en dés, en lamelles ou en spaghettis - modifie son goût ? Il faut aussi aller au devant des préjugés. L'endive par exemple. Cuisez-la sous vide quatre heures à 83°C et c'est une merveille avec des Saint-Jacques. Quant aux épinards, souvent décriés, je les façonne en boudins avec une caille ou du pigeon.

Tout pousse dans les Hauts-de-France. Profitons-en, inventons ! Pour ma part, je fais un hot-dog végétal avec de la carotte braisée au barbecue.

Le maroilles ? J'adore ! Je le passe dans de la pâte à beignet à base de bière et je le sers avec des poireaux ou de la mâche. Mon escalope de foie gras est agrémentée d'une sauce à base de rhubarbe, de vergeoise, de fleur de sel et de poivre écrasé. Un régal... La poire et le cassis fonctionnent très bien avec le gibier. Et la framboise mêlée à l'aubergine est une association réussie. Et pour terminer ? Pourquoi pas du sirop de coing dans le café ?

Nicolas Leclercq
Chef étoilé de l'Orée de la Forêt (Etouy - Oise)



Une
PÊCHE
MIRACULEUSE
cachée dans sa
Manche



◆ **34.000***
tonnes
de poissons pêchés par an

◆ **340.000***
tonnes
de produits de la mer
transformés par an

◆ **70 espèces***
pêchées en Manche
et Mer du Nord
débarquées chaque jour :
poissons (bars, cabillauds,
lieux noirs, maquereaux,
soles, turbots), crusta-
cés (crabes, homards,
araignées...), céphalopodes
(encornets, sèches, poulpes).



Les eaux de la
Manche et de la Mer
du Nord constituent
un vivier inestimable
qu'il faut protéger au
quotidien.

Poissons & fruits de mer servis sur un plateau !

Les eaux froides du détroit de la Manche et de la Mer du Nord dissimulent un inestimable plateau de fruits de mer et de poissons aux multiples saveurs.

Qu'il soit utilisé en plat d'exception (homard, Saint-Jacques, bar) ou très apprécié au quotidien (hareng, moules, cabillaud), ce trésor se retrouve dans nos assiettes, décliné à l'envi selon les saisons et l'imagination des cuisiniers.

Si Boulogne-sur-Mer demeure le centre névralgique de la filière pêche avec son impressionnante flotte de navires, ses entreprises de mareyage, de salaison, de surgélation et une logistique de pointe, les petits ports qui jalonnent les 170 kilomètres de littoral (Audresselles, Ambleteuse, Saint-Valéry-sur-Somme) participent pleinement à son rayonnement. Sans oublier la pêche à pied, véritable tradition pratiquée dans les règles de l'art, et la pisciculture régionale, un autre fleuron de notre patrimoine bleu. **De quoi mettre l'eau à la bouche.**



Et si on consommait tous du poisson intelligemment en suivant les préconisations de Mister GoodFish ?

Ce vaste programme de sensibilisation à la consommation durable des produits de la mer a été initié en 2000 par Nausicaá, Centre national de la mer.

Au menu de Mr GoodFish : que des espèces non menacées ! Cela permet de varier les saveurs et de ne pas fragiliser les stocks.

Pour en savoir plus : mrgoodfish.com

*Source : FranceAgrimer, chiffres 2017



BOULOGNE-SUR-MER amarré à son port

C'est vu du ciel que le port de Boulogne-sur-Mer impressionne le plus.

Telle une métropole américaine, la zone de Capécure forme un quadrillage de quais de déchargement, de hangars, de zones de chalandise, de bureaux et de logistique. L'activité y est quasi-ininterrompue. Premier port de pêche de France, Boulogne-sur-Mer est aussi le premier centre européen de transformation et de commercialisation des produits de la mer.

Toutes confondues, **les activités liées au monde de la pêche génèrent 5 000 emplois directs et 7 000 emplois indirects**. On y trouve tous les métiers liés à la transformation des produits de la mer. Entreprises de **mareyage, de salaison, de surgélation, des traiteurs, une conserverie** (50 000 millions de boîtes/an), **un pôle crevettier, un incubateur et même un pôle de formation**. Soit un centre économique européen incontournable.



La flottille de Boulogne-sur-Mer est composée de 53 fileyeurs, de 47 chalutiers artisanaux et de 6 navires de pêche hauturière.



Echappées belles !

LA PÊCHE À PIED

Cueillette de végétaux marins et de coques

Un couteau et une bonne paire de bottes pour les amateurs, des cuissardes et un couteau ou une faucille pour les professionnels avertis.

Entre avril et septembre, 350 "jardiniers de la mer" partent en quête de végétaux marins, principalement en baie de Somme et baie d'Authie. Leur Graal ? L'aster maritime (oreille de cochon), l'obione, la soude maritime (dite pompon) et surtout la salicorne particulièrement riche en iode, en phosphore et en vitamines (A, C, D). Ces quatre plantes comestibles s'épanouissent sur les terrains régulièrement recouverts par la mer de l'estran. Principalement dans un triangle Le Hourdel / Saint-Valéry-sur-Somme / Fort-Mahon. Leurs déclinaisons culinaires sont multiples. On les mange crues ou cuites. Vous êtes plutôt filet de barbu farci aux salicornes ou quiche à l'aster maritime ?

La cueillette de la salicorne, aussi appelée "haricot de mer" ou "passe pierre", est soumise à l'obtention d'une licence professionnelle délivrée par les affaires maritimes. Un particulier n'a droit qu'à 500 g/jour, et cela en dehors des zones concédées aux ramasseurs professionnels.



Épaisses et plates, les feuilles d'aster maritime évoquent le laurier.



Les Incontournables !



Mer nourricière

Il n'y a pas plus bel aquarium que la Mer du Nord et la Manche. Les poissons y abondent. On les classe en 3 grandes familles selon le gabarit du navire et le temps passé en mer.

Il y a d'abord les poissons et crustacés de pêche côtière dont font partie le bar, la barbue, le homard, la plie, la roussette, la sole, le tourteau ou le turbot. Ces poissons sont pêchés par des fileyeurs qui partent en mer la nuit pour 12 heures.

Viennent ensuite les poissons issus de la pêche artisanale parmi lesquels figurent la dorade grise, l'encornet, le grondin, le hareng, le maquereau, le merlan et le rouget barbet.

Ces poissons sont attrapés par des chalutiers qui ont une présence en mer de 2 à 3 jours.

Enfin arrivent les poissons d'eau profonde : le cabillaud, le grenadier, le lieu noir, la lingue bleue, le sébaste. Ils sont pêchés par des chalutiers hauturiers qui partent en haute mer entre 30 et 60 jours. Certains partent jusqu'à 90 jours et congèlent directement à bord pour préserver la qualité des poissons pêchés.



Délicate Saint-Jacques

Poêlée, rôtie, pochée, en carpaccio, en brochette, à la plancha ou à l'étuvée, la coquille Saint-Jacques est une perle gustative saine et diététique qui se pêche d'octobre à mai. Véritable institution, la Saint-Jacques a sa fête annuelle à Etaples chaque week-end de Pâques, l'un des deux sites (avec Boulogne-sur-Mer) d'où partent de charmants petits esquifs appelés coquilliers.



Le hareng, "prince" des poissons

Au début du XX^e siècle, le hareng fit la fortune de Boulogne-sur-Mer. Reconnaisable à son corps élané et à son ventre argenté, surnommé « prince » des poissons, le hareng se déplace en grands bancs. Il se consomme aujourd'hui de multiples manières. Si le hareng salé, saur (salé, dessalé et séché) et mariné – rollmops – (dans du vinaigre enroulé autour de rondelles d'oignons) viennent de suite à l'esprit, d'autres versions existent : le hareng fumé doux (à froid), le hareng gendarme (salé et fumé), le bouffi (légèrement salé et fumé) ou encore le kipper (ouvert, salé et fumé des deux côtés).

Le fumage du poisson

Le fumage vertical lent (entre 16 et 24 heures) s'effectue dans des saurisseries traditionnelles de Boulogne-sur-Mer. Des gardiens du feu utilisent des bûches de chêne et des copeaux de hêtre. Ils veillent à ce que la température n'excede pas 28°C à l'étage supérieur où sont suspendus les fameux harengs. Mais aussi les flétans, les hadlocks, les maquereaux et les saumons. Les poissons d'eau douce ne sont pas en reste. Dans la vallée de la haute Somme, l'anguille et la truite font l'objet d'un fumage au bois de peuplier et de saule.



Élevée sur des pieux de 2,5 m, la moule de bouchot ne contient ni sable ni vase. Le goéland argenté reste son principal prédateur... La moule de bouchot est le premier produit français à avoir été reconnu Spécialité Traditionnelle Garantie (STG*) par la Commission européenne en 2013.



LA MOULE DE BOUCHOT, JOLIS DÉBOUCHÉS !

C'est en Baie de Somme en 1981 (à Quend) qu'ont été plantés les premiers pieux en chêne noir (bouchot) en vue de produire des moules.

Pour être commercialisables, les moules doivent rester entre 12 et 18 mois sur les bouchots en mer afin d'atteindre une épaisseur supérieure à 12 mm. Aujourd'hui, la bouchot des Hauts-de-France représente près de 5 % de la production nationale. **Chaque année de mars à octobre, quelques 3 600 tonnes sont récoltées principalement à la main de Quend à Oye-plage en passant par Berck-sur-Mer, Dannes et Audinghen.** Près de la moitié de la production se retrouve chez les restaurateurs et poissonniers de notre région et 5 % en vente directe.

La moules à toutes les sauces

Il y a les célèbres moules marinières (oignon, ail, persil, céleri, vin blanc) mais on peut en effet varier les sauces : à la bière, au cidre, à la crème, au maroilles... Les bouchots se cuisinent à toutes les sauces et se servent toujours avec de bonnes frites !



Histoires de goûts



On en pince pour les crustacés !

Chaque jour au large du Cap Gris-Nez, les fileyeurs attrapent dans leurs casiers deux tonnes de crustacés. Araignées de mer, tourteaux, crabes, étrilles et les fameux homards bleus (10 % de la pêche) dont la chair savoureuse ravit les amateurs au moment des fêtes.



Label Rouge* : la qualité de la mer à l'assiette

En Hauts-de-France, quatre produits de la mer sont dépositaires du précieux Label Rouge* : la célèbre soupe de poissons du Touquet, le saumon farci - farce aux petits légumes, les crevettes d'élevage et les filets de harengs doux fumés. La qualité des produits, les méthodes de fabrication et la traçabilité constituent le cœur du cahier des charges.



Pisciculture : une longueur d'avance

Oui, les poissons d'eau de mer s'acclimatent à l'eau des piscines. Le bar et la daurade royale apprécient la pisciculture de Gravelines et le saumon fait des longueurs dans les bassins d'Etrun (Arras). Quant à l'omble chevalier qui peuple généralement les lacs de montagne, il a élu domicile à Métigny (Somme). Plus généralement, la pisciculture est fortement implantée en région où la truite arc-en-ciel et la truite fario restent les poissons les plus répandus.

*Voir page 49.



Noix de Saint-Jacques à la fondue d'endives au champagne

🍴 x4 | ⌚ 25' | DIFFICULTÉ ★☆☆

INGRÉDIENTS

- 1 échalote
- 6 endives
- 10 cl de champagne
- 1 belle cuillère à soupe de crème fraîche
- 12 noix de Saint-Jacques
- beurre
- sel, poivre
- fleur de sel
- piment en poudre (doux ou fort selon le goût)

PRÉPARATION

Pelez et émincez l'échalote. Coupez les troncs des endives, puis coupez-les en deux dans la longueur afin de retirer la partie conique amère de l'endive. Émincez-les ensuite finement.

Faites fondre une noisette de beurre dans une poêle et faites revenir l'échalote deux minutes. Ajoutez les endives, mélangez et laissez fondre cinq minutes. Versez le champagne et poursuivez la cuisson une dizaine de minutes.

Ajoutez la crème, salez et poivrez, puis laissez épaissir deux à trois minutes.

Pendant ce temps, faites fondre une noisette de beurre dans une autre poêle pour saisir les noix de Saint-Jacques, comptez une minute de cuisson de chaque côté.

Servez aussitôt la fondue d'endives dans des coquilles ou petites assiettes, disposez les noix de Saint-Jacques et parsemez d'un peu de fleur de sel et de piment en poudre.

Recette réalisée par amandinecooking.com

Parole d'expert !



Florent Ladeyn

Chef étoilé à l'Auberge du Vert Mont (Boeschèpe - Nord)

« Quand j'étais petit, avec mes grands parents, j'allais ramasser les crevettes grises à Sainte-Cécile.

Aujourd'hui, je les prépare avec un velouté d'endives fumé au foin. Les produits de la mer sont subtiles, inutile d'en faire trop. J'aime la queue de homard d'Audresselles juste laquée, le hareng fumé avec une simple salade de haricots de Soissons et les moules de Zuydcoote, je les mange avec les doigts. Et seulement ensuite je rajoute les frites dans le jus ! Notre chance, c'est qu'on peut tout faire dans notre région. Des épinards cuits à la vapeur, roulés et tranchés avec du crabe ; un

filet de maquereau juste rehaussé d'une fleur de sel des Deux-Caps à la chicorée. Prenez une tranche de pain au levain, déposez-y un filet de sandre et de la tome de Sec-Bois et vous avez un club sandwich flamand. Le poisson et la bière ?... Je ne cuisine pas souvent à la bière. Mais je viens de brasser une blanche aux baies de genièvre très parfumée. Parfaite avec des poireaux cuits dans un bouillon de coques avec une pointe d'huile de cameline de Leffrinckoucke !



Un terroir
à L'EFFET
Bœuf !



◆ 11.700*
éleveurs de bovins
(lait et viande) soit 44 % des
agriculteurs de la région

◆ 9 millions*
de têtes
constituent le cheptel en région

◆ Des filières
de qualité

le Porc des Hauts-Pays,
le Porc d'Antan, Ch'ti Porc,
Coduno, Jean Régal, Porcilin,
Del'cochon, le Veau des Pays
d'Artois, L'Agn'Haut Pays, le
Lapin du ch'ti, le Lapin du
Beffroi. Les Éleveurs des
Hauts-de-France, les associa-
tions d'éleveurs ELVEA 60...

*Source : Agreste 2016
Chambre d'Agriculture du Nord - Pas de Calais



7% de la volaille
produite sur le
territoire national
provient des
Hauts-de-France.

Viandes
& charcuterie
le goût de l'héritage !

Les Hauts-de-France sont une grande région d'élevage et regorgent de viandes goûteuses et de spécialités locales à cuisiner à toutes les sauces !

"Veaux, vaches, cochons, couvées..." On comprend pourquoi Jean de La Fontaine, originaire de Château-Thierry (Aisne), a trouvé l'inspiration pour ses fables tant l'élevage est diversifié et ancré sur notre territoire. Depuis longtemps, les éleveurs sont mobilisés dans une dynamique de valorisation du savoir-faire et des ressources locales. S'approvisionner en bœuf, porc, mouton, volaille ou lapin en circuit court, est chose aisée pour le consommateur. Près de la moitié des exploitations régionales sont concernées par une activité d'élevage.

Les groupements d'éleveurs sont engagés dans des démarches qualité concernant l'alimentation, la durée d'élevage, le bien-être animal, la proximité de l'abattage. Résultat ? Un large choix de spécialités savoureuses sont proposées par les boucheries, les charcuteries et transformées avec créativité par les artisans et entreprises agroalimentaires du territoire.

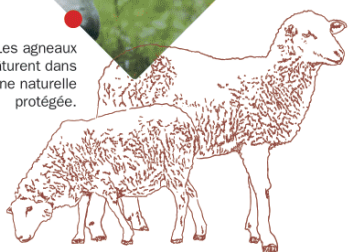


Des spécialités en région appréciées des gourmets, on n'en manque pas !

Place à la créativité culinaire avec nos best sellers régionaux qui font saliver d'avance : gibelotte de lapin au cidre, coq à la bière, parmentier de boudin noir, ficelle picarde, endives au jambon, filet mignon au chou frisé, waterzoï de volaille, blanquette de veau aux chicons, caghuse picarde : **la tradition a du bon !**



Les agneaux pâturent dans une zone naturelle protégée.



L'agneau des Prés-salés de la baie de Somme, une AOP* qui ne manque pas de sel !

Ils font partie de l'identité de la baie de Somme. Ce sont un peu les moutons de la mer, même s'ils ne sont pas d'écume mais bien de chair et d'os. Et quelle chair ! La viande des agneaux des Prés-salés de la baie de Somme est reconnue par une AOP*. Cet élevage typique caractérisé par un pâturage dans les Mollières des communes situées en baie de Somme et en baie d'Authie remonte au XVI^e siècle. 3 600 brebis et 2 200 agneaux en moyenne y pâturent du printemps à l'automne. 11 éleveurs regroupés en association perpétuent un savoir-faire qui donne une viande au goût unique, caractérisée par sa couleur rosée, son persillé et ses arômes intenses en bouche. Vous êtes plutôt épaule d'agneau à la bière de Péronne ou gigot à la broche avec ses légumes du marais au cidre ?

*AOP Appellation d'Origine Protégée. Le "Prés-salés de la baie de Somme" est commercialisé de juin à janvier chez les bouchers et restaurateurs adhérents à l'Association de défense de l'Appellation d'Origine Protégée.

Echappées belles !



La volaille de tous les records !

Estampillée en Label Rouge depuis 1979, la volaille de Licques est IGP* dont une partie est produite dans notre région. Et l'histoire ne date pas d'hier. Au XVII^e siècle, des moines de l'Abbaye de Licques élevaient déjà des dindes. Aujourd'hui, environ 80 éleveurs dans un rayon de 30 km (Calais, Boulogne-sur-Mer, Saint-Omer, Montreuil-sur-Mer), regroupés en Syndicat interprofessionnel, perpétuent un savoir-faire. Un élevage conduit en plein air (140 jours au minimum) et une alimentation 100 % végétale font des volailles de Licques des produits appréciés des plus grands chefs, dont Guillaume Gomez, Chef du Palais de l'Elysée ! La volaille de Licques, ce n'est pas que la dinde au mois de décembre c'est aussi chapons, poulardes et pintades à savourer tout au long de l'année ! La basse-cour est large !

*Identification Géographique Protégée - Voir page 49

Cocoricooooo, LA VOLAILLE DE LICQUES !

Licques est un royaume de la volaille !

Et pour s'en rendre compte, direction cette petite ville du Pas-de-Calais pour l'une des 100 plus belles fêtes de France. Chaque 3^e week-end de décembre, des milliers de personnes apprécient ce festival de couleurs sous le signe du folklore et de la gourmandise, marqué par le célèbre défilé des volatiles dans la rue principale. Leur confrérie les accompagne, qui en invite d'autres évidemment pour fêter l'événement. Venez flâner au cœur d'un grand marché de producteurs du terroir. Puis admirez les plus beaux spécimens lors du concours, et bien sûr goûtez la fameuse potée licquoise.

Les Incontournables !



Dites "Potje" tout simplement

Quel nom compliqué à prononcer ! Le potjevleesch, c'est un petit pot de 3 à 4 viandes blanches : porc et/ou veau, lapin et poulet, unies par une gelée. Froid, il fait partie des plus anciennes recettes flamandes décrites dans le Viandier de Taillevent dès le XIV^e siècle. Les petits secrets de ses saveurs subtiles ? La cuisson de morceaux de viande entiers dans un mélange de vin blanc et de vinaigre, avec des baies de genièvre et des feuilles de laurier. C'est un délice au printemps avec des frites et une salade. Il existe même un concours international du potjevleesch à Bailleul !



Le gibier : à poils et à plumes

Terre de cultures, d'eau et de forêts, les Hauts-de-France s'illustrent par une tradition de chasse très variée. Les vastes domaines forestiers dans lesquels se pratiquent encore la grande et petite vénerie hébergent cerfs, chevreuils et sangliers. Dans les plaines, lièvres, faisans et perdrix font aussi le bonheur des gourmets, comme le canard et le gibier d'eau de la côte picarde, caractérisée par la tradition de la chasse à la hutte. La commercialisation de viandes de gibier de qualité est proposée toute l'année.



Les pâtés nous épatent !

Le pâté, c'est la recette qui fleurit bon le terroir et l'authenticité. Ces terrines cuites et dégustées froides sont traditionnellement préparées à base de viande et d'abats de porc, en morceaux ou hachés. Le pâté de foie est très populaire dans le Nord : une Confrérie en promeut la recette en terrine dans l'Avesnois. Il doit comporter 1/3 de foie de porc dans sa composition et se caractérise par sa couleur tirant sur le gris, sans sel de nitrite.

Autre tradition : le pâté de canard d'Amiens, dont la marquise de Sévigné raffolait. « Il s'agit d'un merveilleux patez auquel rien n'est comparable », écrit-elle à Madame de Grignan en 1672 ! Sa coupe révèle une noix de foie gras entourée d'une fine farce, recouverte de filets de canard avec leurs peaux. Exquis ! Mais aussi le pâté d'Abbeville, délicieuse préparation à base de gibier d'eau (colvert, siffleur, pillet et bécassine) ou encore le Muché de Campagne, touillé à la fourchette à mi-cuisson, une vraie spécificité en matière d'élaboration.



Andouilles, andouillettes & co

L'andouille comme l'andouillette sont des plats très populaires issus du Moyen-Âge.

À Arras et Cambrai, l'andouillette est une institution. Elle est traditionnellement cuisinée à base de fraise de veau puis embossée dans un boyau de bœuf. Quel régal badigeonnée de moutarde et légèrement grillée au four en fin de cuisson ou au barbecue ! Les gourmets apprécieront tout autant l'andouille d'Aire-sur-la-Lys composée de 80 % de viande maigre de porc et de 20 % de chaudin (une partie de l'intestin), finement hachés et assaisonnés d'échalotes et de sauge ou celle de Cambrai composée essentiellement de chaudin de porc et qu'on déguste chaude. Quant à l'andouillette amiénoise, tout aussi populaire, elle est faite de porc haché, de pain et d'œufs.

À cheval sur la tradition

Deux races de chevaux de trait ont leur berceau d'origine chez nous : le Boulonnais et le Trait du Nord. Consommer de la viande de cheval est une tradition régionale. On doit d'ailleurs à Emile Decroix, inspecteur général vétérinaire originaire de l'Arrageois, l'ouverture des premières boucheries chevalines de France au milieu du XIX^e siècle !

Aujourd'hui 85 sont recensées et de nombreux artisans en proposent sur les marchés.



LA LUCULLUS, UNE LANGUE BIEN PENDUE

Pas besoin de tourner sept fois sa langue dans sa bouche pour vous recommander la Lucullus de Valenciennes.

Sur un toast, accompagné par une gelée de genièvre, ce feuilleté de langue de bœuf fumée et mousse de foie gras est un véritable délice.

Née au milieu du XX^e siècle sur l'idée d'un restaurateur local, la Lucullus doit son nom à un aristocrate et général romain réputé pour la délicatesse de son palais ! Une confrérie, créée en 2014, remet à l'honneur cette spécialité gastronomique locale. **Vous la dégusterez aux bonnes tables de Valenciennes ou la dénicherez chez des producteurs de foie gras, dans le commerce et même à l'Office de tourisme de Valenciennes.**



Parole d'expert !

« Mes souvenirs d'enfance riment avec le lapin aux pruneaux de ma grand-mère... »

*Je suis natif d'Amiens. Mes souvenirs d'enfance riment avec le lapin aux pruneaux de ma grand-mère, la caghuse, le coq au vin : des marqueurs forts, qui ont contribué à construire ma passion pour la cuisine. L'élevage régional se caractérise par la qualité du travail et le savoir-faire. Pour cuisiner une bonne viande, il faut savoir où et comment elle a été produite. Ici le terroir est très diversifié avec des petites productions familiales, des viandes d'excellence comme l'AOP**

Agneau des Prés-salés, que l'on peut trouver en circuits très courts. Ces productions m'inspirent. Pour le concours du Meilleur Ouvrier de France, j'ai cuisiné un lièvre entier. Mais j'ai aussi une prédilection pour la viande de porc, et ses multiples possibilités de recettes comme le filet mignon de porc en croûte de chorizo. La cuisine de la viande est une grande tradition régionale, que je transmets au quotidien aux élèves du lycée hôtelier d'Amiens, nos futurs ambassadeurs culinaires.

Stéphane Collet

Meilleur ouvrier de France 2018, spécialité Cuisine-Gastronomie.
Enseignant au lycée hôtelier Saint-Martin à Amiens (Somme)

Histoires de goûts



23 races historiques !

Mouton Boulonnais, Bleue du Nord, Rouge Flamande, chevaux boulonnais et Trait du Nord, lapin Géant des Flandres, et une vingtaine de races avicoles (poule de Bourbourg, coucou des Flandres, pigeon Huppé picard, etc) composent un bestiaire régional qui a bien failli disparaître au profit de races standards, plus productives. Le Centre régional de ressources génétiques situé à Villeneuve d'Ascq remet ces races à l'honneur et travaille avec les éleveurs à créer de nouveaux débouchés économiques.



L'élevage, au sens large !

Il ne concerne pas que les vaches, les cochons, les volailles ou les moutons. Chevaux, chèvres, poules, lapins, gibiers, escargots et abeilles : tout cela contribue à former un paysage varié d'éleveurs en Hauts-de-France.



Un chapelet gourmand de fêtes

AVRIL : Foire aux boudins, Saint-Quentin (02)

JUIN : Chapitre Biennal de la Confrérie de la terrine de Foie de Porc à Cousoire (59)

AOÛT : Fête de l'andouillette, le dernier week-end du mois, Arras (62)

SEPT. : Festival de l'andouille, le 1^{er} dimanche du mois, Aire-sur-la-Lys (62)

Fête de l'agneau AOP*, mi-septembre, Saint-Valéry-sur-Somme (80)

OCT. : Fête de la confrérie de l'andouillette de Cambrai (59) et des produits du terroir

DÉC. : Fête de la dinde, le 3^e week-end Licques (62)

*Voir page 49.



Waterzoi de poulet fermier de Licques

🕒 x4 | ⌚ 1 H | DIFFICULTÉ ★☆☆☆

INGRÉDIENTS

- 4 filets de poulet fermier de Licques Label Rouge
- 1 oignon
- 2 blancs de poireaux
- 3 carottes
- 1 navet
- 1 branche de céleri
- 400 g de pommes de terre
- quelques brins de persil plat
- 60 cl de bouillon de volaille
- 15 cl de crème fraîche
- 2 jaunes d'œufs
- 30 g de beurre
- sel, poivre

PRÉPARATION

Pelez et émincez les 3/4 de l'oignon, piquez les clous de girofle dans le quart restant. Pelez et coupez les carottes en rondelles. Émincez les poireaux, le navet et la branche de céleri.

Dans une cocotte, faites fondre le beurre puis faites revenir l'oignon émincé quelques minutes. Ajoutez le reste des légumes puis poursuivez la cuisson 10 minutes.

Coupez les filets de poulet en cubes, pelez et coupez les pommes de terre en morceaux de même calibre que le poulet puis ajoutez le tout à la cocotte ainsi que le bouillon de volaille, le persil ciselé, du sel et poivre. Portez à ébullition, couvrez la cocotte et laissez mijoter 30 minutes.

Dans un bol, mélangez les jaunes d'œufs avec la crème en incorporant une louche de bouillon.

Versez dans la cocotte, mélangez et poursuivez la cuisson 10 minutes à feu doux sans couvrir.

Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire puis servez bien chaud en ajoutant un peu de persil ciselé.

Recette réalisée par amandinecooking.com



ICI
on en fait
TOUT
un
FROMAGE



De nombreuses fermes proposent leur beurre fermier.

Fromages & produits laitiers la région boit du petit lait !

◆ 38 litres de lait,

26,7 kg de yaourts et de produits laitiers frais,
12,1 kg de fromages,
2,6 kg de beurre,
3,7 kg de crème*

C'est ce que consomme
chaque français par an !

◆ 10% du lait produit en France

vient des Hauts-de-France

◆ 1 fromage AOP

(Appellation d'Origine Protégée**) : le maroilles

Véritable spécificité régionale, la production laitière a donné naissance à un terroir original et dynamique, avec des fromages reconnus des gastronomes.

5 500 producteurs de lait (soit 1 agriculteur sur 5) hissent les Hauts-de-France à la 5^e place nationale en matière de production laitière. 314 000 vaches laitières pâturent nos campagnes, réputées pour leur qualité herbagère depuis la Thiérache, en passant par la Flandre, le Boulonnais ou le Pays de Bray. La région est la seconde de France pour la fabrication des produits laitiers. Beurre, crème, yaourts, glaces, mais aussi fromages frais et fromages affinés d'origine bovine, caprine ou ovine se déclinent en une multitude de saveurs. Chaque terroir, avec ses coutumes, ses paysages est à l'origine d'un plateau de fromages extrêmement diversifié. Si l'on compte une trentaine de variétés traditionnelles et historiques en région, les Hauts-de-France ont un véritable patrimoine fromager que de nombreux producteurs fermiers ne cessent d'enrichir en créant des recettes originales.

**Le lait, c'est bon pour la croissance
des industries agroalimentaires !**

La plupart des grands groupes laitiers européens et mondiaux sont implantés dans les Hauts-de-France avec 71 entreprises de collecte et de transformation parmi les plus connues : Danone (Blédina), Fauquet, Häagen-Dazs, La Franco Argentine, Leduc, Lesire et Roger ou encore Nestlé.



* Sources : chiffres du CNIEL, Centre National Interprofessionnel de l'Économie Laitière - IRI - 2017
** Voir page 49



Ça roule pour le Rollot !

Il a failli disparaître dans les années 50. Ce fromage au lait cru, à pâte molle et à croûte lavée, est né à Rollot, près de Montdidier (Somme).

C'eût été dommage, car son histoire ne date pas d'hier ! On raconte que le goût subtil du Rollot, mariage des saveurs à mi-chemin entre le munster et le maroilles, avait particulièrement séduit Louis XIV, qui s'en faisait livrer 600 livres chaque année. Il lui avait même décerné le titre de fromage royal. Créé au XVII^{ème} siècle par des moines issus de l'Abbaye de Maroilles, sa production atteignait près de 300 000 fromages au début du XX^{ème} siècle. **Un siècle plus tard, c'est grâce à une association locale de Rollot, que la production fermière reprend. Quatre producteurs fermiers de l'Oise et de la Somme produisent ce petit cousin du maroilles**, qui prend le plus souvent la forme d'un cœur, mais qui historiquement était également en forme de pièce ronde, car les fermiers du Santerre payaient une partie de leurs fermages en fromages. Un incontournable de nos plateaux de fromages, délicieux aussi en cuisine préparé en goyère.

Qui l'eût cru ?
Le Rollot ne date pas d'hier
et était le fromage royal de
Louis XIV !



La mimolette, la plus dure

Dite aussi « boule de Lille », on l'appelle à tort « Hollande » ou « vieux Hollande », alors que c'est un fromage français ! La mimolette doit son nom aux caractéristiques de sa pâte, pressée, et « mi-molle, mi-dure » ! Elle était, paraît-il, le fromage préféré du Général de Gaulle. Sa production est à la fois artisanale et industrielle. Affinées en majorité en métropole lilloise, les boules sont aussi fabriquées depuis peu dans l'Avesnois ! Une mimolette est dite « jeune » lorsqu'elle a 3 mois d'affinage ; « demi-vieille » lorsqu'elle a 6 mois d'affinage ; « vieille » lorsqu'elle a 12 mois d'affinage et « extra-vieille » lorsqu'elle a de 18 à 24 mois d'affinage.

Le maroilles, le plus populaire

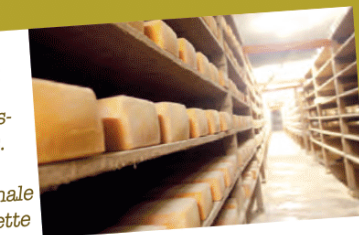
C'est la seule AOP* fromagère des Hauts-de-France depuis 1976. Ce fromage à pâte molle et à croûte lavée rouge naturelle fabriqué au lait de vache, est issu de la Thiérache. Sa zone d'appellation s'étend du sud de l'arrondissement d'Avesnes-sur-Helpe (59) au nord de l'arrondissement de Vervins (02). Appelé autrefois « craquegnon », il aurait été inventé au X^{ème} siècle par les moines de l'abbaye de Maroilles. « La Merveille de maroilles », aussi qualifiée de « plus doux des fromages forts » a la forme d'un pavé pesant environ 720 g. Il est commercialisé sous 4 formats : le pavé (720 g), le sorbais (540 g), le mignon (360 g) et le quart (180 g).

Quelques cousins du maroilles :

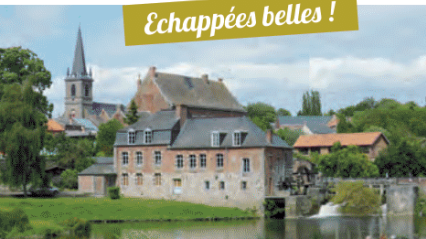
Le gris de Lille, dit aussi "vieux gris" ou "puant de Lille", le cœur d'Arras ou cœur d'Avesnes, le dauphin (une pâte de maroilles agrémentée d'arômes), la boulette d'Avesnes et de Cambrai (des pâtes de maroilles, fabriquées à base de brisures de fromage blanc de maroilles et agrémentées d'épices et d'herbes) et le manicamp.

L'affinage des fromages

C'est un art complexe, une question de savoir-faire et de temps. L'affinage consiste à porter un fromage à sa maturation optimale afin qu'il exprime toute sa palette aromatique. De quelques jours, ou semaines, à quelques mois, tout est question de nature de « pâtes », de température et d'hygrométrie (taux d'humidité dans l'air) ! De 5 à 15 semaines pour un maroilles, dont la croûte sera lavée à l'eau et au sel - et parfois à la bière ; de 3 à 24 mois pour une mimolette, qui elle sera brossée quotidiennement avec patience ! Certaines caves d'affinage sont étonnantes. Les anciennes filatures Cordonnier à Roubaix, les anciens bastions de la citadelle d'Arras ou encore Les Fromageries au cœur du port de Boulogne-sur-Mer. Quand l'affinage rime avec passion et créativité !



Echappées belles !



Lait & fromages, la voie lactée...

Des flamiches fumantes tout juste sorties du four, des tartiflettes (tartiflettes au maroilles) mijotant dans de grands poêlons : la patrie de l'AOP* maroilles fête son fleuron chaque été en août, dans le cadre enchanteur de l'un des plus beaux villages de l'Avesnois.

Une fête haute en couleurs (et en odeurs) depuis plus de 50 ans ! À une demi-heure de Maroilles, dans l'Aisne, La Capelle est un autre haut-lieu du fromage prisé par les plus gros mangeurs de maroilles, qui s'y retrouvent chaque année en septembre pour un concours. Le grand marché des produits du terroir attire en moyenne 30 000 personnes ! Dernier rendez-vous : l'incontournable Fête du Lait à Le Quesnoy, terroir laitier par excellence, avec son village du lait et son célèbre concours départemental des races emblématiques du territoire.

*AOP Appellation d'Origine Protégée - Voir page 49

GOURMANDISES & VITALITÉ POUR NOS PRODUITS LAITIERS !

Historiquement, les producteurs de lait ont toujours valorisé leur lait en produits du terroir gourmands, en raison de la présence historique d'un grand bassin de consommateurs (6 millions d'habitants en Hauts-de-France).

La vente directe concerne un agriculteur sur cinq dans notre région, qui est la 2^{ème} de France en transformation laitière fermière (derrière la région Auvergne Rhône-Alpes). Nos produits laitiers sont donc un marqueur culturel fort, un ingrédient indispensable du quotidien, synonymes de partage, de convivialité et de plaisir ! Chez les producteurs fermiers et les entreprises locales, on trouve de la crème, du fromage et du beurre bien sûr, mais aussi des yaourts et crèmes dessert, des flans, des riz au lait, de la confiture de lait, des crèmes glacées aux saveurs multiples, aux vrais morceaux de fruits, à la vanille, au café, au chocolat, au spéculoos, ou au miel produit sur l'exploitation. **Ils ont ce petit plus incomparable : le goût authentique du savoir-faire artisanal.**

Source : ARVD, www.produitalaferme.fr



Parole d'expert !

« Quel dynamisme connaît notre terroir fromager depuis 30 ans !

César-Yves Losfeld
Producteur et affineur, directeur de la Maison Losfeld Roubaix (Nord)

Sur la Côte d'Opale et dans l'Avesnois comme en métropole lilloise ou dans l'Arrageois, les producteurs font preuve de créativité. Il y a bien sûr nos fromages historiques : les fromages d'abbayes, le maroilles et les croûtes lavées mais aussi des appropriations comme les tomes, des créations et une production intéressante de fromages de chèvres. Et bien sûr nos mimolettes, un fromage que nous affinons depuis 4 générations et que nous fabriquons depuis peu à Maroilles avec un lait local, sans OGM. Ce fromage historique qui fait partie du patrimoine régional n'était plus produit dans la région depuis les années 90. Diversité de goût, de formes, d'affinages, on peut découvrir un fromage tous les jours dans les Hauts-de-France ! Mon plateau de fromages local ? Une mimolette, un maroilles, un chèvre, un bergues, un saint-paulin fermier et une boulette d'Avesnes ou de Cambrai !

Histoires de goûts



Sous le Pavé, le Nord

Pâte molle et persillée inhabituelle dans nos régions du nord, belle couleur gris bleuté, croûte fleurie, le Pavé Bleu, né en 2013, complète un plateau régional déjà très riche. Créé par le Lycée des 3 Chênes de Le Quesnoy (59), il valorise le lait de la race bovine Bleue du Nord. C'est d'ailleurs la seule école des Hauts-de-France qui forme à la fabrication fromagère.



On est tombé dans les tomes !

Tome de Cambrai, tome des Récollets, tome au foin, tome au cidre, tome picarde au fenugrec : les tomes font un carton dans les Hauts-de-France !



À devenir chèvre !

Plus réputée pour ses élevages laitiers bovins que ses élevages caprins, la région des Hauts-de-France s'illustre néanmoins par un nombre d'élevages de chèvres en croissance et des spécialités laitières et fromagères délicieuses et diverses : frais, crottins, tomes, briquettes, yaourts, faisselles, etc.



Médallions de veau à la sauce au maroilles

🍴 x4 | ⌚ 30' | DIFFICULTÉ ★☆☆

INGRÉDIENTS

- 4 médaillons de veau
- 100 g de maroilles
- 20 cl de crème liquide
- 400 g de pommes de terre grenaille
- 1 cuillère à café d'ail en poudre
- 1 cuillère à café de fines herbes
- 600 g de mélanges de carottes (oranges, jaunes, violettes)
- beurre, huile de cuisson
- sel, poivre

PRÉPARATION

Préchauffez le four à 180°C.

Brossez, séchez et coupez en deux les pommes de terre dans leur longueur. Répartissez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson, badigeonnez-les d'un peu d'huile puis parsemez-les d'ail et de fines herbes. Enfouez vingt à vingt-cinq minutes.

Pelez et coupez les carottes en julienne. Faites chauffer un peu d'huile de cuisson dans une poêle puis faites revenir la julienne de carottes une dizaine de minutes en remuant régulièrement.

Pendant ce temps, coupez le maroilles en petits morceaux. Dans une casserole versez la crème, ajoutez le maroilles et faites chauffer sur feu doux afin de faire fondre le fromage (si besoin passez un coup de mixeur plongeant en fin de cuisson pour une crème plus lisse).

Faites chauffer une noix de beurre dans une poêle puis faites revenir les médaillons de veau trois à quatre minutes par face.

Servez les médaillons nappés de sauce aux maroilles et rajoutez-y un tour de poivre du moulin. Accompagnez-les de pommes de terre grenaille, de julienne de carottes et d'une belle salade verte.

Recette réalisée par amandinecooking.com



Un
Royaume
de **DOUCEURS**
pour le
palais




Desserts & sucreries pour les maxi gourmands

Champs
de betteraves
sucrières.

- ◆ **N°1 français**
des régions
productrices de
betteraves sucrières*
- ◆ **2,5 millions
de tonnes**
produites par an, soit 50 %
de la production hexagonale*
- ◆ **10
sucreries**
installées dans la région
sur les 25 que compte
la France métropolitaine*

On a coutume de dire qu'un bon repas se termine toujours par une note sucrée.

Dans les Hauts-de-France, le nombre de gourmands au kilomètre carré doit être supérieur à la moyenne nationale tant il est vrai que les petites douceurs, les viennoiseries et autres gâteries nous accompagnent à toute heure de la journée. **Qui de plus succulent que des macarons d'Amiens ou une part de tarte au sucre pour accompagner un digestif ? Que serait le tea-time sans un merveilleux ou une gaufre flamande ? Le café sans un spéculoos ? Et la présence d'un cramique ou d'un gâteau battu ne rend-elle pas le petit-déjeuner irrésistible ?**

Dans notre région, cet appétit s'illustre aussi à travers le savoir-faire de maîtres-chocolatiers. Et la présence d'illustres bonbons ne fait que confirmer notre réputation de "Boucs" à suc". Pastille du Mineur, Bêtises de Cambrai, Carambar, Ourson à la guimauve... Dans le Nord de la France, les « chuques » c'est sacré...

Le chocolat est bien là !

On le connaît en poudre, liquide et en plaque mais dans les Hauts-de-France, le chocolat cultive l'art de la métamorphose. Doigts de Jean Bart à Dunkerque, Tuiles d'Amiens, Cœurs de Braise à Lens, Pavés de Tourcoing, Chiconettes et Rats d'Arras, Cossettes de Bourbourg... Sans compter les grandes maisons (Chocolat de Beussent-Lachelle, Au Chat Bleu, Maison Trogneux) qui en ont fait leur spécialité.



*Source : Centre d'Etudes et de Documentation du Sucre



Sacré sucre

**Que met-on sur les crêpes ou sur les gaufres ?
De la vergeoise blonde ou brune bien sûr !**

Dans le premier cas, le sirop de betterave à sucre est cuit une fois, dans le second, deux fois. À ne pas confondre avec la cassonade qui est produite à partir du sirop de sucre de canne. Un autre sucre est affectionné en région : le sucre candi. Sous la forme de cristaux de grandes tailles, il excelle avec un vin chaud ou un irish coffee. Plus généralement, le sucre betteravier sert à tout. On lui doit la bonne texture de nos confiseries, la tenue de nos glaces, la juste cristallisation du cacao, le croustillant de nos biscuits préférés... Et on en trouve aussi dans les boissons gazeuses, les yaourts, les sirops, les pâtisseries et bon nombre de viennoiseries.



Blonde ou brune, la vergeoise ravit tous les palais.

Echappées belles !

Tout est bon dans le bonbon

Portées par un slogan culotté - « le bonbon qui arrache la tête », les Têtes Brûlées ont déferlé sans prévenir dans les cours des écoles à l'aube des années 2010.



Produites à Tourcoing par la Confiserie du Nord (ex-Verquin) - qui a créé les mythiques Pastilles du Mineur et Croixbleu - ces petites billes, barres ou sucettes hyper-acidulées incarnent la dynamique et la diversité régionale en matière de confiseries.

Autres incontournables :

la Chuque du Nord (papillote au café enrobée de caramel), **la Babelutte de Lille** (caramel aromatisé au miel ou à la cassonade), **la Chique de Bavay** (carré mentholé), **les P'tits Quinquins** (mélange de fruits), **la Sottise de Valenciennes** (ballotin à la menthe), **la Brique de Marly** (petit goût de noisettes) ou encore **les célèbres Killtoïds** (cachou réglisse/menthe) dans une boîte ronde métallique qui fait « clic » quand on appuie dessus.



Cambrai ne fait rien que des Bêtises !

Les grandes inventions naissent parfois d'une erreur. Quand en 1830 Emile Afchain ou Jules Despinoy - c'est selon¹ - laisse échapper de la menthe dans une préparation de berlingots, ni l'un ni l'autre ne pouvaient se douter un instant que cette « bêtise » deviendrait le bonbon le plus populaire de la région. À ce jour, la success story de ces douilletts coussinets rayés de sucre caramélisé continue avec des versions à la pomme, au citron, à la framboise, à l'orange. On en savoure jusqu'à Dubaï et Tokyo.

¹ Au terme d'un long procès qui opposa les deux entreprises en 1889, Afchain a été reconnu comme l'inventeur des Bêtises et Despinoy comme le créateur...

Les Incontournables !



Insatiables mangeurs de gaufres

Les gaufres ne sortent pas toutes du même moule ! Dans le Nord, les plus connues sont celles fourrées à la vergeoise, à la vanille de Madagascar ou à la crème de spéculoos. Et aussi la version fine qui croustille sous la dent. Dans les deux cas, elle accompagne mieux que personne le café noir. À Lille, la mythique Maison Méert propose des saveurs d'ailleurs [orange amère, noix de coco, chocolat].



C'est de la tarte !

Spécialité ô combien appréciée, le succès de la tarte au sucre tient autant au moelleux de sa pâte qu'à ses succulents cristaux de vergeoise. Dans les Hauts-de-France, la tarte au sucre a une cousine, la bien nommée tarte au Libouli de Boulogne-sur-Mer. Au quoi ?! Au Libouli, au lait bouilli en patois. Cette version légèrement briochée, proposée nature ou aux pruneaux, est historiquement associée aux fêtes foraines. D'où son autre nom de tarte Eud'ducasse. Dans la baie de Somme, la palme de la gourmandise revient à la tarte à l'badré. Une savoureuse recette qui remonte au XVI^e siècle. Avec ses bords dorés rebondis, sa crème qui évoque le flan, la tarte à l'badré est parfois garnie de pommes ou de prunes.



Les brioches, c'est du gâteau

Qu'on les appelle coquilles, cugnoles, cougnous ou couques, les brioches sont toutes à croquer. La tradition veut qu'elles soient consommées entre la Saint-Nicolas et le jour de la nativité. Ça explique pourquoi elles ressemblent à un bébé dodu. Dans le Valenciennois, on parle de quéniole, dans le Dunkerquois de folards [ou craquendoules] pour la Saint-Martin. Rajoutez des gros morceaux de sucre et/ou des raisins secs, et vous obtenez un cramique.



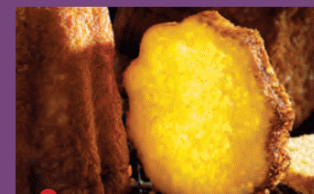
Amiens décerne les macarons

Du sucre, de la poudre d'amandes de Valencias, du miel, des blancs d'œufs, de l'amande amère et surtout quasi 150 ans de savoir-faire. Importés en France par Catherine de Médicis, les macarons d'Amiens font la fierté de la Maison Trogneux depuis six générations (1872). Ce biscuit sablé tendre et doré de 20 grammes (pas un de plus) est un pur régal. Broyé, il peut même recouvrir un pigeon rôti.



Les dames ont du palet

Dans le Nord, l'heure du thé appelle les Palets de Dames. Des petits biscuits ronds, fondants, nappés d'un glaçage royal. Certains les recouvrent d'une pellicule de confiture abricot, voire y incorporent des raisins macérés au rhum.



Le Gâteau battu a la "gagne"

Spécialité de la Somme et vedette des cérémonies, le Gâteau battu a le moelleux du Kouglof. Autant dire qu'il est carrément irrésistible. Chaque année, une confrérie éponyme organise le Concours du meilleur Gâteau battu. Les prétendants n'ont qu'un objectif : battre et rabattre les 250 grammes de beurre fondu et la douzaine de jaunes d'œufs pour obtenir une belle pâte... aérée ! Qu'on apprécie avec une compote de rhubarbe.

LE CARAMBAR EST DU NORD !

CE N'EST PAS UNE BLAGUE...

“Je mesure 8 centimètres de long et pèse 8 grammes. Qui suis-je ?”

Réponse : le Carambar. Avant 1969, on aurait pu lire cette devinette sur le repli intérieur de la célèbre barre de caramel. Après, les blagues ont pris le dessus. Ce fleuron régional au caramel est pourtant produit depuis 1954 rue... de la Chocolaterie à Marcq-en-Barœul à raison de 7 500 tonnes/an actuellement. **Si la recette originale demeure incontournable, sa version acidulée est plébiscitée par les plus jeunes tandis que les papas et les mamans s'emparent de barres fruitées.** Depuis 2003, un petit oiseau s'est posé sur le toit de l'usine nordiste. Une Pie qui Chante un air bien connu trisyllabique : Mi-Cho-Ko !

Depuis 1957, des caramels tout en tendresse sont rois à Beauvais. Une quarantaine de saveurs étonnantes et audacieuses (épices, figues, nougat-pistache...) sortent de l'atelier Paris-Caramels. Autre délice de la maison : des pâtes de fruits aux brisures de fruits confits.



Histoires de goûts



Au pays des merveilleux !

Deux meringues soudées par une couche de chantilly sur laquelle flottent des copeaux de chocolat ou de biscuit, ce n'est pas merveilleux ? Léger comme l'air, ce dessert typique du Nord s'est trouvé un ambassadeur de choix (Frédéric Vaucamps) qui défend les couleurs régionales à Paris, Berlin, Londres et New-York.



La chantilly, la crème de la crème

Ajoutez du sucre à de la crème fouettée et vous obtiendrez de la crème chantilly. Mais pourquoi “chantilly” ? Une fois n'est pas coutume, deux écoles s'en disputent la paternité. Pour les uns, il ne fait aucun doute qu'elle doit son nom à son inventeur, le célèbre François Vatel, pâtissier et maître d'hôtel au château de Chantilly. Pour les autres, la crème chantilly ferait référence à la pâte de porcelaine tendre de Chantilly d'un blanc immaculé. Quoi qu'il en soit, tout le monde s'accorde à dire que la chantilly est la plus succulente des crèmes.



On se “miel” de quoi ?

Vous connaissez le calendrier mellifère des Hauts-de-France ? Il commence avec le miel de printemps, principalement de colza. On trouve aussi du miel de saule en petite quantité en région Scarpe-Escaut. Puis arrive le miel de Tilleul (le plus emblématique de Picardie) des forêts d'Halatte et de Chantilly (Oise) mais aussi de Saint-Gobain et de Samoussy (Aisne). Suivent les miels toutes fleurs (ronces, féveroles) et le miel de châtaigniers (Beauvaisis). La récolte s'achève avec les miels de sarrasin.

Panna cotta aux bêtises de Cambrai, coulis de carambar & macarons d'Amiens

🍴 x4 | ⌚ 10' | DIFFICULTÉ ★☆☆

Prévoir 2h au frais

INGRÉDIENTS

- 8 bêtises de Cambrai
- 25 cl de crème liquide
- 10 cl de lait
- 2 feuilles de gélatine (4 g)
- 6 carambars
- 10 cl de crème liquide
- 2 macarons d'Amiens

PRÉPARATION

Placez les feuilles de gélatine à réhydrater dans un bol d'eau froide pendant 10 minutes.

Placez les bêtises de Cambrai, les 25 cl de crème et le lait dans une petite casserole. Faites chauffer sur feu doux jusqu'à la fonte complète des bonbons. Portez ensuite à ébullition.

Hors du feu, ajoutez les feuilles de gélatine et mélangez bien. Versez la panna cotta dans des verrines. Laissez refroidir à température ambiante et placez au réfrigérateur 2 heures.

Ce temps passé, placez les carambars et les 10 cl de crème dans une petite casserole, faites chauffer pour les faire fondre. Laissez tiédir et versez le coulis sur les panna cotta.

Au moment de servir, émiettez grossièrement les macarons d'Amiens et répartissez les brisures sur le coulis.

Recette réalisée par amandinecooking.com

“ C'est dans son état naturel que le sucre s'exprime le mieux. ”

À condition de respecter les saisons. Au château, nous avons nos propres ruches. Je propose une mousse de Rollot au miel ou une mousse de pommes RubINETTE (acidulées et très parfumées) cidre/pain d'épices. Qui dit sucre dit chocolat. Mais pas forcément en dessert. Tout est question d'équilibre. Avec une daube de sanglier, un chocolat noir très fort en cacao fera un excellent accompagnement. Par ailleurs, le sucre contenu dans les fruits est

essentiel. Un jus de framboise sirupeux accompagne à la perfection un sandre mariné. Un délicat caramel de baies de sureau s'harmonise avec du gibier comme le col vert. Quant à la compotée de rhubarbe, elle se marie parfaitement avec le homard. Pour les petits gourmands ? Je conseille un moelleux au chocolat avec une glace Carambar faite maison. Et pour les parents, pourquoi pas un soufflé whisky/poire ?



Lucas Vannier

Chef au Château de Courcelles-sur-Vesle (Aisne).

★ ★ ★
CHEZ
NOUS,
 on remporte
la Coupe
EN BIÈRE
ET CONTRE TOUS



Les nordistes
 sont les plus gros
 consommateurs
 de café en France
 (4 tasses/jour)¹.

Les boissons, ça coule de source !

◆ **807 vignerons
 producteurs
 de Champagne**
 sur 39 communes viticoles*

Une coupe de champagne en guise d'apéritif, de la bière pour accompagner le repas, du genièvre pour sublimer le fromage, une bolée de cidre en dessert et du jus de pommes pour les enfants.

◆ **65
 brasseries,
 350 marques
 de bières****

Si en matière de boissons, les Hauts-de-France versent dans la diversité, c'est bien la bière qui remplit les trois-quarts du verre. Il ne se passe pas six mois sans qu'une nouvelle bière voit le jour. Respectueuses des traditions, les brasseries artisanales renouvellent les plaisirs du palais avec des crus d'exception, des grandes réserves, des bières de garde. Sans compter les cuvées bio, sans gluten ou frappées du sceau IPA (à haute fermentation).

◆ **33%
 de la production
 nationale**
 2^{ème} région brassicole
 de France**

Autant de crus à savourer dans un typique estaminet accompagnés d'une planche de fromages ou de charcuterie. À moins que vous ne préfériez déguster votre champagne dans une cave voûtée ou un verre de genièvre à même la distillerie ?

Côté Eaux de France

En Scarpe-Escaut, l'eau de source a de la bouteille puisqu'on l'exploite depuis les Celtes. Aujourd'hui, l'eau de Saint-Amand produit des eaux plates, gazeuses et aromatisées. Dans le Nord, les 3 sources de Saint-Jean-Baptiste (Busigny), Sainte-Sophie (Pérenchies) et Louise (Mérignies) se sont regroupées sous la marque Cristaline. Dans l'Avesnois, la source minérale Guillaume est désormais connue sous la marque Perlyne.

⁽¹⁾ Source : Panorama de la consommation de café en France, Baromètre Ifop 2018)

*Sources : Syndicat général des Vignerons de Champagne
 ** Association Brasseurs de France





10 % des surfaces AOC* Champagne (3 400 ha) sont situées dans l'Aisne.

CHAMPAGNE EN HAUTS-DE-FRANCE les coteaux ont la cote

Le Ratafia, liqueur coup de cœur !

Mélange de moût de raisin et d'eau de vie (fine de champagne), le Ratafia de champagne titre entre 16 et 22°. Cette liqueur qui remonte au XIII^{ème} siècle a reçu l'IGP* en 2015. Produite en petite quantité, le Ratafia se boit frais en apéritif (avec du foie gras) ou en digestif (avec un sabayon).



Pomme cuite, pâte de coing, raisin pour les arômes dominants. Girofle, vanille, thym pour les arômes secondaires.

Dans la vallée de la Marne-ouest, c'est-à-dire dans le sud de l'Aisne, les vins de Champagne ne manquent pas de caractère. Il faut donc avoir du répondant. Que dites-vous d'un soufflé au maroilles avec un pur meunier gourmand, d'une carbonnade avec un pinot noir charpenté ou d'un filet de Saint-Pierre avec un blanc frais ? Une question subsiste : flûte ou coupe ? Ni l'un ni l'autre en fait. La complexité de nos terres argileuses accentue le côté sphérique en bouche. Lequel s'exprime le mieux dans un verre à vin galbé.

*Voir page 49.

Echappées belles !



Le genièvre, un destin alambiqué

Du seigle, de l'orge malté, de l'avoine, une poignée de baies de genévrier, beaucoup d'eau, une triple distillation et une fermentation en fût de chêne.

Depuis 1812, pas une ligne de la recette du genièvre de Houle n'a été modifiée. Idem à Wambrechies où depuis 200 ans on élabore cette délectable eau-de-vie de grains. Et dire que la production de genièvre a bien failli boire la tasse ! Jadis mélangé au café pour donner la fameuse « bistouille » du mineur, le genièvre s'apparente aujourd'hui aux boissons de salon type Armagnac. Ses qualités gustatives s'expriment associées à certains produits régionaux comme une gaufre ou un fromage de caractère.

Gin, vodka, whisky : les grains de folie

Un gin à base de fleurs de sureau, un autre à base d'argousier. À la distillerie d'Haute-feuille de Beaucourt-en-Santerre (Somme), les idées germent en continu. D'ici 2020, un whisky sera mis sur le marché. Idem à la Brasserie Saint-Germain (Pas-de-Calais). Vous ne savez pas attendre ? La distillerie Ergaster à Passel (Oise) vient de lancer son single malt tandis qu'à la distillerie Claeysens à Wambrechies (Nord), on produit déjà du gin, du whisky et même de la vodka. Ça vous scotche, non ?

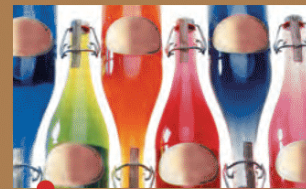


Les Incontournables !



Buvez des pommes !

Ne nous mentons pas : quand on a goûté un vrai jus de pomme (ou de poire) artisanal, c'est difficile de revenir en arrière. Les Hauts-de-France se caractérisent par une multitude de producteurs indépendants dispersés en Flandre, en Thiérache, en Picardie maritime, dans l'Amiénois, ou encore en Pays de Bray et Valois. Il s'agit souvent de pommeraies ou de fermes familiales qui possèdent 5, 10, parfois 15 hectares de vergers. En région, la production de cidre et jus bio gagne du terrain. Dans tous les cas, les jus et les cidres obtenus sont élaborés à partir d'un mélange de plusieurs variétés (Jonagold, Boskoop, Granny, Lance Caillet). D'où une grande palette de goûts, plus ou moins sucrés, acides.



Ça gaze pour les "softs"

Que serait la famille boissons sans sa limonade et son bon vieux bouchon qui fait « pchiiiit » ? Dans la région, les softs pétillants se déclinent en une impressionnante gamme : pomme d'amour, violette, cassis, barbe à papa, myrtille sauvage, citron... Pour les allergiques au gaz, sachez qu'on trouve aussi du nectar (groseille, rhubarbe), des mélanges à base de pommes (pomme/passion, pomme/fraise) et toute une déclinaison de sirops.



Les Hauts -de-France ont bière allure

"Et avec ça ? Vous prendrez bien une bière ?" Oui, mais laquelle ?? Si seulement le choix se résumait à la couleur de la robe : blonde, brune, rousse ou blanche. Mais non. Dans les Hauts-de-France, une bière peut être d'abbaye, de garde, bio, fruitée, IPA, triple, panachée, sans alcool... La carte des bières s'allonge d'année en année. Le dynamisme de ce secteur est le témoin d'un long passé brassicole. La diversité des breuvages renforce la notion de convivialité. Et il faut bien admettre que chaque nom est déjà une invitation à trinquer avec des amis : Page 24, Goudale, 3 Monts, Jenlain, Ch'ti, Noire de Slack, Cuvée des Jonquilles, Belle Rose, Moulins d'Ascq... Il ne faudrait pas oublier toutes les micro-brasseries au nom souvent surprenant installées dans les quatre coins de la région. La Rose des vents, Au Pif, le Singe-Savant, la Dreum (Nord), la Brasserie du Sanglier, la Quentovic (Pas-de-Calais), la Val'Aisne, les 3 loups (Aisne), la Saint-Rieul, la Gustave, la Thury, la Maeyaert, la Félicité (Oise), la de Clerck, la Mascotte ou encore la Germinette (Somme). Pas étonnant qu'on commence à tracer des routes touristique-gastronomiques dédiées à la bière.

La bonne santé des bières

Pendant le Salon International de l'Agriculture, de multiples bières régionales mais aussi des jus de pommes sont récompensés chaque année au Concours Général Agricole qui salue le savoir-faire et l'excellence des produits du terroir français. Cette haute distinction est établie au terme d'une sélection rigoureuse et indépendante sous le contrôle direct de l'État.



LA CHICORÉE & LE CAFÉ PETIT DÉJEUNER, GRAND DESTIN

Dans le Nord, on est fier de ses racines... de chicorée. Cette plante herbacée - sorte de betterave qui aurait suivi un régime amincissant - se retrouve en grains ou soluble. On la transforme depuis 160 ans à Orchies (Maison Leroux) et 85 ans à Oye-Plage (Maison Lutun). 100 % végétale, riche en fibres, sans gluten, la chicorée a le chic pour se marier avec tout le monde : crème d'endives à la chicorée, queue de lotte laquée à la chicorée, filet mignon farci maroilles/chicorée, bûche glacée spéculoos/chicorée. **Et le café dans tout ça ? Il ne boit pas la tasse ! Chez nous, on maîtrise l'art de la torréfaction depuis des lustres.** Les ateliers sont souvent des affaires familiales. Comptoirs de la Lys (Aire-sur-la-Lys), Dasi frères (Amiens), Méo et Fichaux (Lille), Pierrette (Féchain), Poitou (Marchiennes), Proqua (Boulogne-sur-Mer), Taine (Arsy), Vayez (Arras).

Le saviez-vous ?

- > La chicorée a été découverte il y a 2 000 ans par les Égyptiens. En 1806, Napoléon fait un blocus sur les importations de café en provenance d'Angleterre. Résultat, la chicorée le remplace.
- > La torréfaction du café libère environ 700 arômes.
- > Le café est la première matière 1^{ère} agricole échangée dans le monde.



Parole d'expert !



Michel Widehem

Meilleur ouvrier de France catégorie Maîtres d'hôtel, Maîtres du service et des arts de la table, enseignant au Lycée hôtelier du Touquet (Pas-de-Calais)

Quoi de plus convivial qu'une planche de fromages avec une bonne bière ?

Une Blanche de Wissant, rafraîchissante et aromatique, pour l'apéritif avec des crevettes grises ; une Goudale avec un morceau de Cœur d'Arras ou encore une Ch'ti Brune pour rivaliser avec un Vieux gris de Lille au fort tempérament. On le sait moins mais notre région produit du champagne. N'hésitez pas à faire pétiller des poissons finement fumés de Boulogne-sur-Mer avec un blanc de blanc. Quant au genièvre, il sera de taille à résister à la puissance d'une

bonne Boulette d'Avesnes. Mais vous pouvez aussi y flamber vos rognons Beaugé ou vos crêpes Suzette. Moi en guise de trou normand, je le sers dans un verre sur un sorbet poire avec du marron glacé émietté et une fine julienne de gingembre confit. Si le gin revient à la mode, cette eau de vie de céréales très utilisée en mixologie s'aromatise en Picardie à la fleur de sureau. Enfin que serait une fin de repas sans un excellent whisky made in Hauts-de-France ?

Histoires de goûts



Le vin, cep le pied !

Du vin blanc en plein Pays Noir, il y a de quoi être surpris. Et pourtant, depuis 2011, on récolte le chardonnay - rebaptisé "Charbonnay" - sur les pentes fertiles du terroir n°2 bis d'Haillicourt (Bruay-la-Buissière). Dans les Hauts-de-France, on dénombre une quinzaine de sites viticoles. Essentiellement dans le Pas-de-Calais (Boulogne-sur-Mer, Arras, Liévin), dans l'Aisne, près du Chemin des dames, et dans l'Oise à Gouvieux depuis 2002, on produit du vin blanc sec et pétillant et depuis 2004 dans le Pays de Bray (Gerberoy), on élabore un vin rouge à partir de pinot noir.



Des fruits très défendus

Si vous percevez un « pop ! » dans la vallée de la Créquoise, il y a de fortes probabilités pour que ce soit le bouchon d'un Perlé de groseille, un apéritif pétillant qui titre à 11,5° et possède une jolie longueur en bouche doublée d'une pointe d'acidité. À moins que ce ne soit un Quercymûre, mélange de cidre et de crème de mûre produit à 7° dans l'Avesnois. Dans l'Aisne (Le Nouvion-en-Thiérache), des passionnés ont remis au goût du jour, il y a 30 ans déjà la Folie douce, un apéritif à base de fruits rouges qui se déguste aussi au dessert.



Vous prendrez bien un verre de frêne ?

La Frênette du Nord ou cidre de frêne est une boisson artisanale réalisée à partir de feuilles de frêne fermentées, de pomme, de chicorée, voire de miel. Très peu alcoolisée (guère plus de 3,5 %), la Frênette s'apprécie au cours du repas, même allongée à l'eau.



Souris d'agneau au cidre & miel

10 x4 | 1H45 | DIFFICULTÉ ★☆☆

INGRÉDIENTS

- 4 souris d'agneau des Prés salés de la baie de Somme
- 1 oignon jaune
- 75 cl de cidre brut
- 4 cuillères à soupe de miel
- 1 cuillère à café de cannelle
- sel, poivre
- beurre
- 1 cuillère à soupe de maïzena

PRÉPARATION

Faites fondre une noisette de beurre dans une cocotte en fonte puis faites dorer les souris d'agneau de chaque côté.

Émincez l'oignon et ajoutez-le dans la cocotte ainsi que le miel, poursuivez la cuisson 2 à 3 minutes sur feu doux.

Versez le cidre, ajoutez la cannelle, le sel et le poivre puis portez à ébullition.

Placez ensuite la cocotte dans un four pré-chauffé à 180°C. Laissez cuire 1h30 à couvert en pensant à arroser les souris d'agneau de jus de cuisson à mi-cuisson.

Une fois les souris d'agneau cuites, réservez les dans un plat au four afin de les maintenir chaudes.

Délayez la maïzena dans une louche de sauce, versez dans la cocotte, mélangez et laissez épaissir quelques minutes sur feu vif.

Servez les souris d'agneau avec la sauce.

Suggestion : accompagnez votre viande d'un méli-mélo de légumes de printemps (carottes, oignons nouveaux, navets jaunes, asperges vertes, petit-pois, pois gourmands et fenouil) à cuire à l'anglaise pendant la fin de cuisson des souris d'agneau.

Portes ouvertes sur des réseaux...



BIENVENUE À LA FERME !

Depuis plus de 30 ans, les agriculteurs s'investissent dans le tourisme et les produits fermiers pour offrir une véritable bouffée d'air, des activités diversifiées et des produits de qualité à partager entre générations.

Les agriculteurs "Bienvenue à la Ferme" vous accueillent pour expliquer, montrer, faire découvrir leur métier et les activités de la ferme. Visites guidées, dégustations, ateliers, rencontres avec les animaux, vente de produits, restauration... Il y en a pour tous les goûts.

En France, 8 000 agriculteurs sont adhérents "Bienvenue à la ferme". Animée par les Chambres d'Agriculture, la marque Bienvenue à la Ferme est devenue la référence en matière d'accueil à la ferme et de vente de produits fermiers, dans le respect d'une charte de qualité.

Dans les Hauts-de-France, elle rassemble près de 250 agriculteurs qui vous accueillent autour de deux thématiques :

MANGEZ FERMIER !

Découverte des produits de la ferme : vente directe, magasins collectifs, drive fermier, paniers.

VIVEZ FERMIER !

Hébergement : chambres d'hôtes, gîtes ruraux, campings et accueils de camping-cars.
Loisirs : accueils pédagogiques, fermes de découverte, activités équestres.
Restauration : fermes auberges, goûters à la ferme, pique-niques fermiers.

Retrouvez toutes les informations sur :
bienvenue-a-la-ferme.com/hautsdefrance
Facebook : @bienvenuealafermeHautsdeFrance

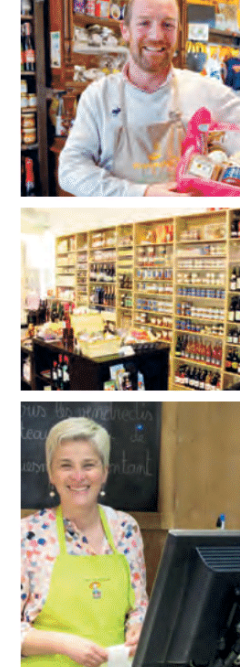
LES BOUTIQUES DE PRODUITS RÉGIONAUX

Vous recherchez des produits locaux ? Pourquoi ne pas penser à un panier de produits régionaux ?

Un réseau de boutiques sélectionne pour vous le meilleur de la région : boissons, charcuteries, fromages, plats préparés ou encore confiseries... issus du terroir. De quoi réjouir les gourmands !

Ce réseau rassemble plus de 80 commerces répartis sur tout le territoire des Hauts-de-France, artisans, agriculteurs ou commerçants, tous passionnés par la région et ses produits. Ils ont signé une charte pour vous garantir un choix de produits authentiques, des conseils avisés au moment de l'achat et un accueil convivial. Il se trouve forcément une boutique non loin de chez vous. Du quotidien à l'exceptionnel, vous y trouverez tout ce que vous souhaitez !

Pour connaître la liste des points de vente, consultez :
leshautsdelices.fr et terroirhautsdefrance.com



WWW.OUACHETERLOCAL.FR

LE GUIDE EN LIGNE DES PRODUITS DES FERMES DES HAUTS-DE-FRANCE

Sur ce site, vous trouverez en quelques clics où acheter vos produits fermiers. Que vous soyez chez vous, sur votre lieu de travail ou partis pour le week-end, ce site référence et géo-localise pour vous les producteurs et les points de vente proposant les produits des Hauts-de-France au plus proche de vous.

Vous pourrez également découvrir des actualités en lien avec les circuits alimentaires de proximité, des portraits de producteurs ainsi qu'un calendrier des produits de saison.



Besoin d'informations : acheterlocal.fr/contact



À chaque saison, les agriculteurs vous proposent des animations à la ferme, des événements, des portes ouvertes.



Les produits de la marque, faciles à trouver, sont distribués dans de nombreux magasins et grandes surfaces régionales.

Saveurs en'Or
56, avenue Roger Salengro
BP 80839
62051 Saint-Laurent-Blangy
03 62 61 42 27

SAVEURS EN'OR, UNE DYNAMIQUE COLLECTIVE

La marque régionale Saveurs en'Or valorise les produits issus ou fabriqués en Hauts-de-France, reflets de la richesse et du savoir-faire agroalimentaire régionaux.

La marque Saveurs en'Or vous garantit des produits du terroir issus en priorité de l'agriculture régionale et fabriqués par des entreprises de la région, génératrices d'emplois locaux. Saveurs en'Or défend des valeurs importantes : proximité, emploi, terroir, goût, plaisir, qualité, engagement, traçabilité.

La richesse de la marque est la diversité de ses produits : fruits et légumes, produits de la pêche, viandes et volailles, boissons, charcuterie, plats cuisinés, boulangerie-pâtisserie-confiserie, produits laitiers-oeufs.

Saveurs en'Or représente aujourd'hui :

**+ de 1 000
produits
agréés**

**+ de 300
adhérents :
agriculteurs, entreprises,
coopératives, artisans...**

**+ de 10 000
emplois en
Hauts-de-France**



Pour en savoir plus
www.saveursenor.fr
www.facebook.com/saveursenor



Plus de 100 producteurs affichent fièrement la marque régionale sur plus de 600 produits

Terroirs Hauts-de-France
19 bis, rue Alexandre Dumas
80096 Amiens cedex 3
03 22 33 69 14
terroirs@terroirhautsdefrance.com

TERROIRS HAUTS-DE-FRANCE

Reconnue par les consommateurs et les professionnels, la marque collective Terroirs Haut-de-France est basée sur un cahier des charges dont les éléments principaux sont :

- **la production locale et la transformation de matières premières d'origine régionale,**
- **un agrément des produits** par un Comité de dégustation indépendant,
- **le contrôle par un organisme certificateur externe** qui garantit les consommateurs du respect du cahier des charges par les producteurs.

La marque Terroirs Hauts-de-France est ouverte aux agriculteurs, artisans et entreprises des cinq départements de notre région. Les produits peuvent être achetés directement auprès des producteurs, dans le réseau des boutiques ainsi que les grandes et moyennes surfaces.



Pour en savoir plus
www.terroirhautsdefrance.com
www.facebook.com/TerroirsHautsdeFrance



La qualité estampillée !

LES SIGNES D'IDENTIFICATION DE LA QUALITÉ ET DE L'ORIGINE

Pour faciliter le choix, les signes officiels vous guident vers la qualité et l'origine des produits alimentaires. Bon nombre de productions régionales disposent de ces reconnaissances officielles traduisant le souci permanent de qualité qui anime agriculteurs, artisans et entreprises des Hauts-de-France. Ces professionnels sont contrôlés par un organisme agréé par l'état.



Label Rouge :
officiellement
supérieur !

Le Label Rouge est l'unique signe national officiel qui garantit une qualité supérieure à celle d'un produit courant similaire, tant au niveau de sa production, de son élaboration que de sa qualité gustative.



AOP :
officiellement
terroir !

L'Appellation d'Origine Protégée (AOP) désigne un produit dont les étapes de production sont réalisées selon un savoir-faire reconnu dans une même aire géographique, qui donne ses caractéristiques au produit. C'est un signe européen qui protège le nom du produit dans toute l'Union européenne.



IGP :
officiellement d'ici !

L'Indication Géographique Protégée (IGP) identifie un produit dont la qualité, la réputation ou d'autres caractéristiques sont liées à son origine géographique. Au moins une étape est réalisée dans la zone protégée. Comme l'AOP, l'IGP protège le nom du produit dans toute l'Union européenne.



**L'Agriculture
Biologique :**
officiellement
naturelle !

Ce logo apparaît sur les produits qui contiennent 100 % d'ingrédients "Bio" ou au moins 95 % dans le cas des produits transformés. "L'Eurofeuille" remplace progressivement le logo français AB à l'échelle européenne.



STG :
officiellement
traditionnel !

Ce signe officiel européen ne fait pas référence à une origine, mais protège la composition traditionnelle d'un produit ou son mode d'élaboration traditionnel.



Pour découvrir les produits régionaux sous signes officiels, rendez-vous sur :
goutezlaqualite.com



Retrouvez-nous sur :

leshautsdelices.fr

et sur facebook,

La gastronomie des Hauts-de-France



Comité de Promotion
des Produits
de Picardie



CRÉDITS : Couverture : ADHOK / P. 2-3-4 : A.-S. Flament, Studio Tekhné, ODG Agneau de Prés-Salés de la baie de Somme, Imagiterre, D. Laborde, E. Studio. / P. 6-7-8 : J. Levalleux (rédaction), A.-S. Flament, Distillerie d'Hautefeuille/G. Crochez, Altimage, Office du Tourisme d'Arras, Boulogne-sur-Mer/La mer en directe, Chambre d'Agriculture Nord-Pas de Calais, E. Studio, Somme Tourisme. / P. 10 à 15 : J. Levalleux (rédaction), ADHOK, Imagiterre, M. De Langie, Studio Tekhné, Somme Tourisme, Altimage, Celfnord, Serenad, Adobe Stock, Pixabay, A.-S. Flament, Yjune, E. Studio, amandinecooking.com (recette et photo). / P. 16 à 21 : J. Levalleux (rédaction), Ter Créa, Altimage, A.-S. Flament, Boulogne-sur-Mer/ La mer en directe, S. et B. Godard, Imagiterre, Freepik, C. Miskin/Florent Ladeyn, Studio Tekhné, Pixabay, amandinecooking.com (recette et photo). / P. 22 à 27 : C. Decraene (rédaction), ADHOK, Studio Tekhné, Chambre d'Agriculture du Nord-Pas de Calais, ODG Agneau de Prés-Salés de la baie de Somme, Volaille de Licques, E. Studio, Ter Créa, M. Malka pour Picardie Venaison, O. Delvaux CRRG, Pixabay, Office du Tourisme d'Arras, amandinecooking.com (recette et photo). / P. 28 à 33 : C. Decraene (rédaction), ADHOK, Chambre d'Agriculture Nord-Pas de Calais, V. Thellier, Ville de Maroilles - SMPNRA/M. Grzemski, Comité de Promotion Nord-Pas de Calais, Studio Tekhné, Ter Créa, C. Losfeld, CRT Hauts-de-France/ASF, Imagiterre, E. Studio, amandinecooking.com (recette et photo). / P. 34 à 39 : J. Levalleux (rédaction), ADHOK, Ter Créa, Chambre d'Agriculture du Nord-Pas de Calais, valeria_aksakova, E. Studio, amandinecooking.com (recette et photo). / P. 40 à 45 : J. Levalleux (rédaction), ADHOK, E. Studio, Distillerie d'Hautefeuille/G. Crochez, Jcstudio, Pixabay, Studio Tekhné, E. Studio, Freepik, amandinecooking.com (recette et photo), DR. / P. 46 à 47 : Comdesimages.com, BAF/M. Madelon, S. Dhote/Estaminet Lillois. Création ADHOK - Impression Sensey. Papier 100% PEFC.