

### Dans ce cours :

- Carte et ressources
- Les spécialités culinaires et recettes
- Les bonnes tables et Les chefs connus
- Les sites internet

# Nord Pas de Calais

## Les ressources régionales

Comme son nom l'indique, la région Nord-Pas-de-Calais est située dans la partie septentrionale de la France, elle borde la Picardie au sud-ouest et est frontalière de la Belgique.

La région Nord-Pas-de-Calais a une superficie de 120 414 km<sup>2</sup> pour environ 4 millions d'habitants.

Elle est composée de deux départements (chef-lieu de région : Lille)

- **le Nord (59)** ; préfecture Lille.
- **Le Pas-de-Calais (62)**; préfecture Arras.

Le Nord-Pas-de-Calais bénéficie d'un climat océanique instable, humide et faiblement ensoleillé. Les vastes plaines et ses 140 km de littoral en font une région agricole et maritime.

### Principaux produits.

#### Produits de l'élevage.

- Bœuf de race « belle bleue » (LR), porc, agneau.
- Volaille fermière de Licques (LR), poulets, dindes, pintades, chapons, poulardes.
- Lapins de chair « le Jeannequin » et le lapin « d'Artois ».

#### Produits de l'agriculture

- pommes de terre Bintje, pommes de terre de Méréville (IGP), rattes du Touquet.
- Légumes des marais de Saint-Omer, chou-fleurs, choux pommés, rouges et de Bruxelles, artichauts, poireaux, céleris, betteraves, endives et chicorées à torréfier.
- Haricots verts et lingots du Nord (LR).
- Ail fumé d'Arleux.
- Pommes de l'Avesnois, fraises.

#### Produits de la pêche

- harengs, maquereaux.
- Congres, soles, turbots, daurades, cabillauds, églefins, merlus, grondins, flétans.
- Moules de bouchot.
- Crevettes grises.

#### Produits de l'agroalimentaire

- produits issus de la transformation des pommes de terre.
- Produits issus de la découpe de la volaille.
- Produits issus de la transformation des harengs (hareng saur, harengs marinés salés, fumé.)
- Sprats, véritable haddock, saumons, flétans.
- Brasseries, sucreries, torréfaction de la chicorée.

#### Produits laitiers

- fromages : Maroilles (AOC), vieux Lille, gris de Lille, mimolette vieille ou boule de Lille, boulettes d'Avesnes, Tome de Cambrai, Bergues, fromages de type monastique.

#### Boissons

- bière blonde, brune, ambrée de garde.
- Genièvre
- chicorée torréfiée en grains
- cidre, poiré, perlé de groseilles.
- Guignolet.

## La carte



## Les spécialités régionales

- Soupe aux poireaux à la bière
- asperge à la flamande, endives au jambon
- flamiche aux poireaux, goyère de Valenciennes
- bouffis grillés aux pommes de terre, waterzoi de poisson.
- Maquereau à la Boulonnaise, anguilles au vert.
- Hochepot, carbonnade flamande, potée Artésienne.
- Coq à la bière, lapin aux pruneaux.
- Chou rouge à la flamande, jets de houblon à la crème.
- Tarte au sucre, à la rhubarbe, aux pruneaux, cramique aux raisins.
- Chiques de Bavay, bêtise de Cambrai.
- Moules frites.

## Les recettes

### Soupe à la bière.

Oignons ciselés sués au beurre et sucrés, singés et mouillés à la bière blonde parfumés à la cannelle est liées à la crème ou à la crème et aux jaunes d'œufs : servir avec de fines tranches de pain de seigle grillées.

### Flamiche au poireau.

Quiche aux poireaux étuvés en pâte brisée ou feuilletée. À l'origine les poireaux étuvés étaient singés et additionnés d'œufs entiers et de crème.

### Goyère de Valenciennes

Sorte de tarte en pâte levée (briochée) garnie d'un appareil à base de maroilles écrasé, d'œufs et de fromage blanc.

### Waterzoi de poissons.

Poireaux, oignons, céleri émincés ou en julienne, sués au beurre : recouvrir de tronçons de poissons, mouiller au vin blanc et au fumet de poisson : cuire, réduire la cuisson : lier à la crème et aux jaunes d'œufs.

### Hochepot

Sorte de pot-au-feu comportant plusieurs viandes d'origine différentes et de nombreux légumes. Aromatiser avec quelques baies de genièvre, clou de girofle et un bouquet garni.

### Carbonnade flamande

Fines tranches de macreuses ou de paleron revenues au saindoux alternées d'oignons émincés sués également au saindoux légèrement sucré et déglacée au vinaigre. Mouiller à la bière blonde, recouvrir d'une grande tranche de pain moutardée et cuire très lentement à couvert.

### Lapin aux pruneaux et aux raisins.

Morceaux de lapin marinés au vin rouge avec des baies de genièvre traités en ragoût avec des pruneaux et des raisins sec de Smyrne et de Malaga et des lardons. La sauce peut être liée en fin de cuisson avec le foie mixé et un peu de gelée de groseilles.

### Tarte au sucre.

Pâte brisée au beurre ou pâte feuilletée abaissée finement et saupoudrée de vergeoise blonde ou brune. Humecter à l'eau, cuire au four et parsemer de noisettes de beurre. Peut être accompagnée de crème parfumée à la vanille et à la cannelle.

### Cramique aux raisins.

Pâte levée aux raisins (proche de la pâte à brioche à baba) moulée dans un moule à cakes dorée et cuite au four.

### Appellations classiques :

**Garniture flamande : boule de chou braisé, carotte et navets tournés et glacés à blanc, morceau de lard du braisage des choux, rondelles de saucisson approché, pommes à l'anglaise.**

## Les bonnes tables de la région

La laiterie à Lille (59)  
Chef Benoît Bernard

Le Sébastopol à Lille (59)  
Chef Jean-Luc Germond

Le château de Baulieu à Busnes (62)  
Chef Marc Meurin



## Menu Régional

**Flamiche aux poireaux et aux lardons**  
**Carbonnade flamande**  
**Jets de houblons et rattes du Touquet à la vapeur**  
**Salade de chicons au vinaigre de cidre**  
**Maroilles affiné**  
**Crème à la chicorée caramélisée à la vergeoise blonde**

## Les sites internet