Parc naturel régional de l'Avesnois

10 ans, recettes !

les Boutiques de l'Avesnois®

déjà 10 ans !

un réseau de 16 boutiques où le terroir s'exprime avec goût

les Boutiques de l'Avesnois®

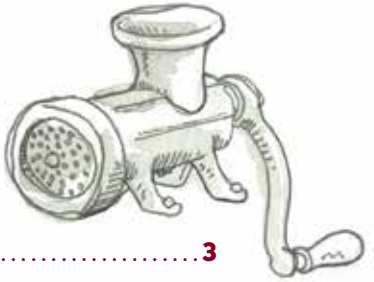
déjà 10 ans !

un réseau de 16 boutiques où le terroir s'exprime avec goût

Depuis maintenant 10 ans, des commerçants se sont associés au Parc naturel régional de l'Avesnois pour promouvoir les saveurs et savoir-faire de leur territoire. Aujourd'hui, le réseau des « Boutiques de l'Avesnois », c'est 17 commerces situés au 4 coins du territoire dans lesquels vous retrouverez une large gamme de produits de l'Avesnois.

Pour fêter les **10 ans du réseau, les « Boutiques de l'Avesnois »** vous offrent ce livret de 10 recettes préparées avec des produits de l'Avesnois.

Sommaire



Apéritif Avesnois **3**

Velouté d'endives **4**

Crottins de chèvre aux pommmes **5**

Tomates farcies au chèvre frais **6**

Feuilletés aux poireaux et au maroilles **7**

Ragoût d'escargots champêtres **8**

Jambonnette de volaille à la bière **9**

Souris d'agneau à la bière Saison St-Médard **10**

Tiramisu au fromage fermier **11**

Gratin de poires de l'Avesnois au cacao **12**

Apéritif Avesnois

INGRÉDIENTS POUR 8 PERSONNES

1 pain d'épice nature
2 poires cuites au sirop,
½ Maroilles AOC

Déposez sur chaque tranche de pain d'épice 1 tranche de poire puis 1 lamelle de maroilles et passez le tout au four le temps nécessaire pour que le maroilles fonde.

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

½ pain d'épice
1 pot d'escargot'toast

Coupez les tranches du pain de mie en 2 et tartinez-le avec de l'escargot'toast.

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

1 paquet de crottins de l'Avesnois
1 salade

Recouvrez les Crottins d'une feuille d'aluminium et passez au four à mi hauteur pendant 10 min (th 7). Ils se dégustent chaud à l'apéritif ou accompagnés d'une salade verte.

Cette recette vous est proposée par :
Les boutiques de l'Avesnois

Velouté d'endives

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- *4 endives*
- *1 litre de lait*
- *20 cl crème fraîche*
- *100g Maroilles AOC*
- *20g sucre en poudre*
- *8 gouttes d'extrait de café*
- *Sel, poivre*
- *Croûtons grillés*

Essuyez soigneusement les endives. Coupez les en deux dans la longueur et ôtez leur partie centrale. Détaillez les en lamelles dans une grande casserole, versez le lait froid et ajoutez y les endives. Salez et portez à ébullition. Laissez cuire 30 minutes à feu doux et à découvert en mélangeant régulièrement. Passez au mixeur. Remettre la préparation à feu doux. Ajoutez la crème fraîche, le sucre en poudre, l'extrait de café et le Maroilles détaillé en petits dés. Mélangez à feu doux jusqu'à la fonte totale du Maroilles

Poivrez. Mixez à nouveau pour obtenir un mélange un peu mousseux.

Rectifiez l'assaisonnement et servez aussitôt, le tout accompagné de croûtons grillés.

Cette recette vous est proposée par :
La Ferme du Pont des loups
2, rue du Pont des Loups
59440 SAINT AUBIN
Tél : 03 27 57 84 09

Crottins de chèvre aux pommmes

Préchauffez votre four (th. 6).

Faites fondre le beurre dans une casserole à feu doux.

Beurrez légèrement un petit plat à gratin.

Coupez les crottins en deux dans le sens de la hauteur.

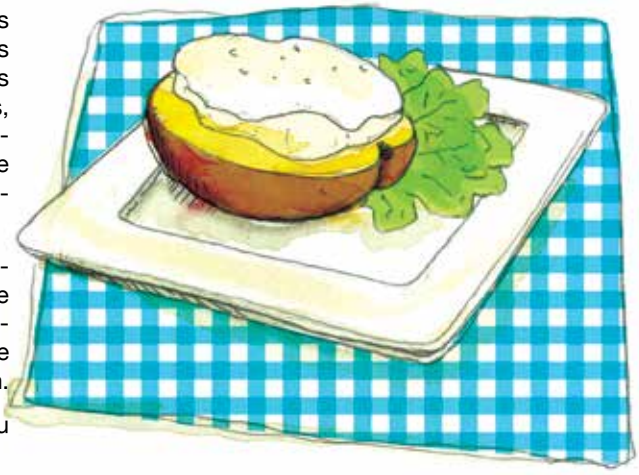
Épluchez les pommes puis coupez-les en deux. Retirez le centre et les pépins en creusant une cavité assez large, puis placez les pommes côté creux dessus, dans le plat beurré. Badigeonnez entièrement les pommes d'une couche de beurre fondu. Enfournez le plat et laissez cuire pendant 5 minutes.

Sortez le plat du four, placez les demi-crottins dans les pommes, la croûte au-dessus. Saupoudrez-les d'une pincée d'herbes de Provence. Remettez le plat au four pendant 15 minutes environ.

Servez les crottins dès leur sortie du four. Accompagnez d'une salade.

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

2 grosses pommes légèrement acidulées
2 crottins de chèvre demi-secs
25 g de beurre
Herbes de Provence
Une salade



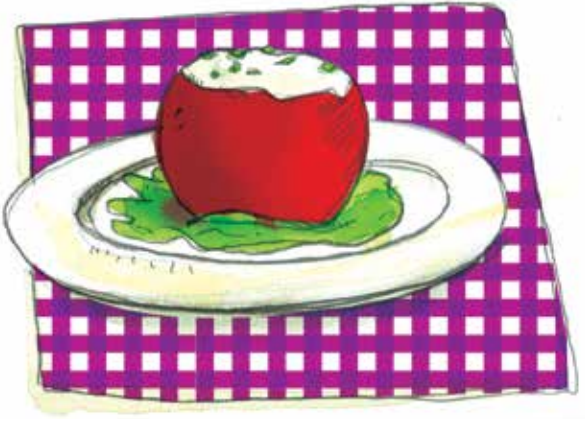
Les meilleures variétés pour confectionner de délicieux Crottins aux pommes sont les Cox Orange, Suntan, Jonagored, ainsi que des variétés anciennes de l'Avesnois telles que les Belle-Fleur Double ou les Cabarette.

Cette recette vous est proposée par :
Les Vergers Tellier
88-200, route de Valenciennes
59530 LE QUESNOY
Tél. : 03 27 26 29 06

Tomates farcies au chèvre frais

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

6 tomates
Sel, poivre
Ciboulette, cerfeuil
2 branchettes de céleri
200g de fromage de chèvre frais
1 salade
Quelques noix



Évidez les tomates, saupoudrez-les de sel et laissez-les dégorger 15 min.

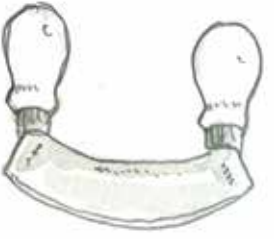
Hachez finement les herbes.

Dans un plat, mélangez le fromage avec les fines herbes. Ajouter quelques cerneaux de noix.

Ajustez l'assaisonnement de sel et poivre.

Égouttez les tomates et remplissez-les avec le mélange de fromage. Saupoudrez-les de persil et déposez le tout sur un lit de salade. Décorez avec des capucines.

Servir très frais.



Cette recette vous est proposée par :
Les boutiques de l'Avesnois

Feuilletés aux poireaux et au maroilles

Découpez 8 rectangles dans la pâte feuilletée.

Les superposer 2 par 2 pour la cuisson.

Badigeonnez au pinceau le dessus des rectangles de pâte avec du jaune d'œuf. Faites cuire 10 mn au four chaud.

Coupez en tronçons les poireaux et faites cuire dans un peu d'eau et de la crème fraîche (20cl).

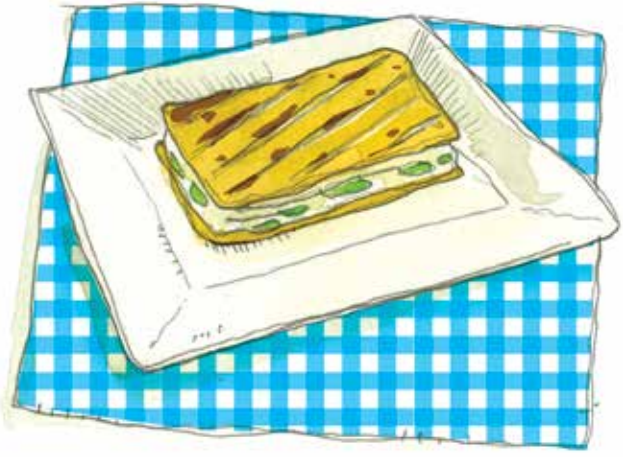
Ouvrez les feuilletés en 2. Sur le rectangle du dessous répartissez les poireaux puis déposez 1 lamelle de maroilles et 1 pincée de poivre.

Recouvrez avec la 2ème partie de pâte et faites chauffer 10 mn.

Servez accompagné d'une sauce à base de crème fraîche et l'échalote détaillée en petits morceaux cuite à feu doux.

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

1 rouleau de pâte feuilletée
2 poireaux
200g de maroilles AOC
40cl de crème fraîche
1 jaune d'œuf
Poivre
1 échalote



Cette recette vous est proposée par :
La Ferme du Pont des Loups
2 rue du Pont des Loups
59440 SAINT AUBIN
03 27 57 84 09

Ragoût d'escargots champêtres

Dans une poêle épaisse, mettez une cuillère à soupe d'huile d'olive ou de graisse de canard suivant votre goût. Faîtes revenir oignons, ail, poivrons et champignons en remuant de temps en temps, pendant 20 minutes environ.

Egouttez les escargots en réservant le court-bouillon dans le bocal.

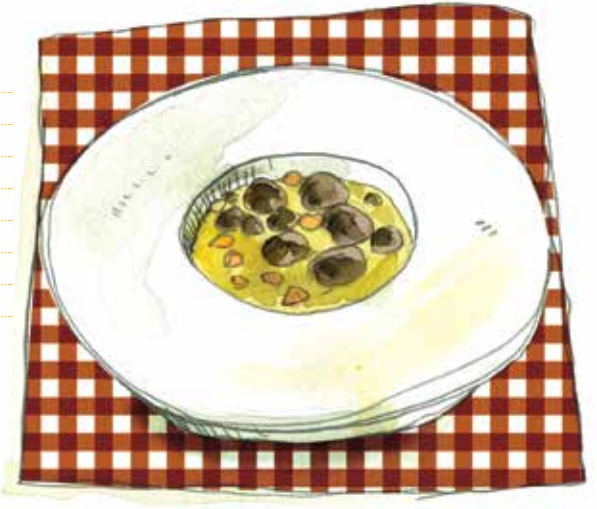
Délayez la farine dans le bocal contenant le court-bouillon. Fermez le bocal et agitez vigoureusement.

Lorsque les légumes sont assez cuits, ajoutez les escargots, la farine délayée, le thym et le basilic, salez, poivrez. Laissez mijoter à feu doux en remuant.

Servez sur un nid de riz ou de pâtes.

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

1 bocal de 4 douzaines de petits escargots
2 gros oignons
4 gousses d'ail
1 cuillère à café de thym et une de basilic
4 poivrons rouges
500g de champignons de Paris
1 cuillère à soupe de farine
Sel, poivre



Cette recette vous est proposée par :
La ferme Hélicicole de l'Avesnois
21 Chaussée Brunehaut
59222 CROIX CALUYAU
Tél : 03 27 77 39 07

Jambonnette de volaille à la bière

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

4 cuisses de volaille
600g de champignons des bois
1 œuf
1dl de crème fraîche
150 g de crépine
50g de beurre fermier
1 échalote
Quelques branches de persil
Huile, sel et poivre
Pour la sauce : ½ l de bière brune,*
1 carotte, 2 oignons, 2 gousses d'ail,
1 bouquet garni

Désossez les cuisses (sans les ouvrir complètement) et conservez les os. Préparez la sauce : faites rissoler les os dans une sauteuse. Ajoutez les légumes coupés en petits morceaux, le bouquet garni et la bière. Portez le tout à ébullition, écumez et laissez cuire 30 min.

Lavez les champignons, coupez-les en morceaux et faites-les sauter à l'huile. Égouttez-les. Hachez-m finement l'échalote et le persil. Dans une poêle, faites fondre 50g de beurre, faites suer l'échalote, ajoutez les champignons et le persil, le sel et le poivre. Prélevez 1/5 des champignons, hachez-les au robot, ajoutez l'œuf puis la crème.

Etalez les jambonnettes de volaille sur une table, salez et poivrez-les. Repartissez la farce de champignons dans les cuisses et roulez-les. Faites dorer les cuisses au beurre dans une sauteuse, puis mettez les 20 min au four chaud (220°C).

Servez chaud avec la fricassée de champignons et nappez-les de sauce.

**L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.*

Cette recette vous est proposée par :
La brasserie «Au Baron»
Rue du Bourlard
59570 GUSSIGNIES
Tél : 03 27 66 88 61

Souris d'agneau à la bière Saison St-Médard

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- *4 Souris d'agneau*
- *1 bouteille de Saison Saint-Médard ambrée **
- *½ l de jus de pommes de l'Avesnois*
- *1 l de fond brun*
- *1 cuillère à café de gingembre moulu*
- *Échalotes*
- *1 bouquet garni*
- *Sel, poivre*
- *Quelques spéculoos*

Faites colorer les souris d'agneau, salez et poivrez.

Ajoutez les échalotes émincées, le gingembre moulu, le jus de pommes, le fond brun, la bière, et le bouquet garni.

Amenez à ébullition et laissez mijoter 2 heures à feu doux.

Retirez la viande et gardez-la au chaud. Nappez avec la sauce réduite et saupoudrez de spéculoos broyés.

Servez avec des légumes de saison.

**L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.*

Cette recette vous est proposée par :
La brasserie «Au Baron»
Rue du Bourlard
59570 GUSSIGNIES
Tél : 03 27 66 88 61

Tiramisu au fromage fermier

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

15 cuillères à soupe de café chaud
75 g chocolat noir
200 g fromage blanc fermier battu
8 biscuits à la cuillère
15 cl Crème fraîche
2 cuillères à café de sucre en poudre

Préparation : 5 mns

Dans 3 coupes à glace, répartissez les 8 biscuits en morceaux. Mélangez le café chaud avec 1 cuillère à soupe de sucre et versez-le sur les biscuits. Battez la crème fraîche en chantilly. Incorporez-la au fromage blanc additionné d'une cuillère à soupe de sucre. Fouettez l'ensemble. Parsemez les biscuits de la moitié du chocolat râpé, recouvrez-le de fromage blanc/chantilly puis du reste de chocolat. Placez une demi-heure au froid avant de servir.

Cette recette vous est proposée par :
La ferme des Bahardes
M^me^ JUSTE
59219 ETRŒUNGT
Tél. 03 27 59 24 06

Gratin de poires de l'Avesnois au cacao

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

2 poires de l'Avesnois
40 g de farine fluide
Huile
1 cuillerée à soupe de cacao en poudre
1 cuillerée à café de cannelle en poudre
2 œufs
35 cl de lait
30g de sucre en poudre
Sel

Préchauffez votre four (th. 6).

Pelez, épépinez, coupez les poires en deux. Emincez chaque quartier en lamelles.

Huilez légèrement, à l'aide d'un pinceau, quatre petits moules. Puis disposez ensuite dans chacun d'eux des lamelles de poire. Mélangez dans un saladier la farine, le cacao, la cannelle et une pincée de sel.

Ajoutez les œufs, le sucre et délayez avec le lait.

Versez cette préparation sur les poires et enfournez les moules pendant 25 minutes.

Sortez les gratins du four et servez-les tièdes.

Cette recette vous est proposée par :
La Pommeraie du Courtil
66 route nationale
59216 BEUGNIES
Tél. : 03 27 61 60 12

Pour confectionner ce gratin, nous vous conseillons les poires Saint Mathieu ou les Doyenne du Comice. Cette dernière variété étant très juteuse, pensez à poser les lamelles sur du papier absorbant avant de les disposer dans les ramequins.

Pour confectionner toutes ces recettes, retrouvez les produits dans les 16 boutiques de l'Avesnois.

Ferme du Tout Vent
61 rue d'Hautmont
59330 BEAUFORT
06 74 67 82 78
fermedutoutvent@orange.fr

La Pommeraie du Courtil
66 route nationale
59216 BEUGNIES
03 27 61 60 12

La Ferme Hélicicole de l'Avesnois
21 chaussée Brunehaut
59222 CROIX CALUYAU
03 27 77 39 07
www.escargot-de-chnord.com

Les caprices d'Anne
Station touristique du ValJoly
59132 EPPE SAUVAGE
03 27 59 53 37

La Ferme des Bahardes
Rue des Bahardes
59219 ETRŒUNGT
03 27 59 24 06

La Ferme du Pont de Sains
Féron BP 50080
59613 FOURMIES Cedex
03 27 60 83 83

Au Baron
Rue du Bourlard
59570 GUSSIGNIES
03 27 66 88 61
www.brasserieaubaron.com

Les Vergers Tellier
88 et 200 route de Valenciennes
59530 LE QUESNOY
03 27 26 29 06
www.lesvergerstellier.com

Le Lycée agricole de Le Quesnoy
17, rue des tilleuls
59530 LE QUESNOY
03 27 20 07 40

La Boutique du terroir Defroidmont
159, Grand rue
59550 MAROILLES
03 27 84 65 65
www.defroidmont.fr

Au Fruitier
32 avenue Roosevelt
59600, MAUBEUGE
03 27 64 43 71
www.aufruitier.com

Point Nature
5 av. des Provinces Françaises
59600 MAUBEUGE
03 27 65 56 11
www.pointnature.fr

Au petit panier d'Obies
65 rue du Saule
59570 OBIES
03 61 99 17 18
aupetitpanierdobies@sfr.fr

La Ferme du Pont des Loups
2 rue du Pont des Loups
59440 SAINT AUBIN
03 27 57 84 09
fermedupontdesloups@orange.fr

La maison du bocage écomusée de l'avesnois
35, rue J.-B. Lebas
59177 SAINS DU NORD
03 27 59 82 24
www.ecomusee-avesnois.fr

L'Epicerie d'Herbignies
111 rue Berlandois
59530 VILLEREAU
HERBIGNIES
03 59 76 64 07

Avec le soutien financier de :

Région Nord-Pas de Calais

Nord le Département

Parc naturel régional de l'Avesnois

Maison du Parc
Grange Dîmière
4, cour de l'abbaye - BP11203
59550 MAROILLES
Tél : 33+(0)3 27 77 51 60
Fax : 33+(0)3 27 77 51 69
contact@parc-naturel-avesnois.fr
N50° 8' 0.9234" E3° 45' 32.472"
www.parc-naturel-avesnois.fr

espaces naturels régionaux Nord-Pas de Calais

Le Parc naturel régional de l'Avesnois bénéficie du soutien financier du Conseil régional Nord-Pas de Calais, du Conseil général du Nord et de l'Etat Français

Conception graphique : Parc naturel régional de l'Avesnois

Imprimé avec des encres végétales sur du Satimat Green (papier 60% recyclé, 40% FSC)

Édition 2013