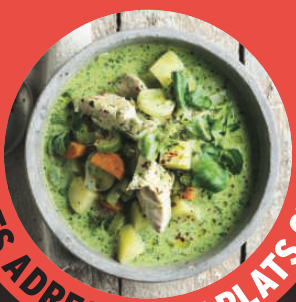
SEPM TOP ventes

Cuisine Actuelle

2,90 €
FÉVRIER 2024
N° 397

Cahier région LE NORD



BONNES ADRESSES ET PLATS CULTES

92 recettes faciles

Idées apéro avec des conserves de poisson

SPÉCIAL PETITS BUDGETS
Viandes à rôtir et à mijoter

Layer-cake poire-cacao-caramel beurre salé

Desserts d'hiver

Délices de poires et pommes

FÉVRIER 2024 - BBE : 3,2 € - CH : 5 CHF - CA : 4,99 CAD - DE : 4,3 € - ES : 3,4 € - GR : 3,4 € - IT : 3,4 € - LU : 3,2 € - PT : 3,4 € - DOM BATEAU : 3,2 € - DOM AVION : 3,9 € - MA : 35 MAD - TN : 5,5 TND - ZONE CFA BATEAU : 2000 XAF - ZONE CFA AVION : 4200 XAF - ZONE CFP BATEAU : 350 XPF - ZONE CFP AVION : 950 XPF

PM PRISMA MEDIA

CPPAP

L 12900 - 397 - F: 2,90 € - RD

NOTRE SOMMAIRE février 2024

P.22

P.54

P.48

P.62

4 Index des recettes

6 Au marché
Les épinards, l'araignée de porc, le pomelo et la morue, nos recettes pour les déguster !

14 Fiches recettes
Le chou-fleur, le chou romanesco, le chou rouge et le chou pommé, tout savoir sur eux.

17 10 recettes faciles des étals à l'assiette

18 Les nouveautés du mois

Dossiers

22 TENDRES, GOÛTEUX ET GÉNÉREUX : LES BONS MORCEAUX À CUISINER

54 POMMES ET POIRES, NOS RECETTES RÉCONFORT

32 Guide produit
10 infos pour bien choisir le café moulu

48 Passion apéro
C'est dans la boîte !

52 Questions cuisine
Les astuces de Marie

61 10 idées avec...
Des petits-beurre

62 Leçon filmée
Galette des Rois à la pistache

66 Déjeuner à la carte
Crêpes party !

70 Manger sain
Décrypter les étiquettes des confitures de fraise

72 Les recettes de la rédaction
Cannellonis en 3 façons

75 Banc d'essai
J'ai testé pour vous... le fromage à raclette en tranches

76 Rien ne se perd
18 recettes pour sublimer les petits restes

78 Hop hop hop
Œuf Bénédicte

P.72

P.35 *Cahier région*

36 Recettes traditionnelles

38 Balade gourmande :
Un week-end à Lille

40 Produit du terroir :
Les bières de Rubens Figueiredo

42 Balade gourmande :
Périple dans le bassin minier

44 Spécialité régionale :
Les frites, un ch'ti régal !

46 Almanach gourmand

COUVERTURE NATIONALE : THE KATE TIN / STOCKFOOD **COUVERTURE RÉGIONALE :** NURRA / PHOTOCUISINE

Au sein du magazine figure un encart Francoise saget jeté sur tous les abonnés

ABONNEZ-VOUS VITE À TARIF PRÉFÉRENTIEL EN P. 71

• SUIVEZ-NOUS SUR INSTAGRAM @**CUISINEACTUELLE** • SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK **FACEBOOK.COM/CUISINEACTUELLE**

Le meilleur des Hauts-de-France

Mixant une large variété de céréales et de houblons, Rubens Figueiredo a développé une bière aux arômes du Nord, nommée d'après sa ville d'adoption « La Lensoise ».

P. 36 Recettes traditionnelles

P. 38 Un week-end à Lille

P. 40 Les bières de Rubens Figueiredo

P. 42 Périple dans le bassin minier

P. 44 Les frites, un ch'ti régal !

P. 46 Almanach gourmand

TEXTES ET PHOTOS : JEAN-PAUL FRÉTILLET

Les Hauts-de-France *par le menu*

Pour une pâte maison
Délayez 1/2 sachet de levure sèche avec 15 cl d'eau tiède. Pétrissez 250 g de farine avec la levure délayée et 1 cuillerée à café de sel fin. Laissez pousser la pâte dans un endroit chaud pendant 30 minutes.

Pizza chausson endive, poulet et maroilles

2-4 PERSONNES · PRÉPARATION 15 MIN · CUISSON 20 MIN

• 1 escalope de poulet • 2 endives • 1/2 botte de ciboulette • 200 g de maroilles • 100 g de fromage frais • 300 g de pâte à pizza • 3 c. à soupe d'huile de pépin de raisin • 1 c. à soupe de farine • Sel et poivre

1. **Préchauffez le four à 250 °C.** Étalez la pâte à pizza au rouleau sur une surface farinée en un carré de 5 mm d'épaisseur. Transférez-le sur une feuille de papier cuisson.
2. **Déposez l'escalope de poulet** dans une poêle avec l'huile, salez et poivrez. Faites-la dorer sur les deux faces sans la cuire complètement. Débarrassez et tranchez finement.
3. **Coupez le maroilles en fines tranches.** Lavez et ciselez la ciboulette. Fouettez le fromage frais avec les deux tiers de la ciboulette et poivrez bien. Tartinez-en la pâte.
4. **Émincez les endives** et dispersez-les par-dessus, ajoutez les deux tiers de poulet et la moitié du maroilles. Repliez les coins de la pâte vers le centre afin de former un chausson. Transférez sur une plaque à four.
5. **Répartissez le reste de poulet** et de maroilles sur la pizza. Enfournez pour 15 minutes, jusqu'à ce que la pâte soit bien cuite.
6. **Sortez la pizza du four,** parsemez de la ciboulette restante et dégustez.

HALL / SUCRÉ SALÉ

THYS / SUCRÉ SALÉ

Waterzoï de poulet au cresson et à l'oseille

4 PERSONNES **PRÉPARATION 20 MIN**
CUISSON 35 MIN

- 4 escalopes de poulet
- 4 carottes
- 4 pommes de terre moyennes
- 2 blancs de poireau
- 2 branches de céleri
- 100 g de cresson
- 1 bouquet d'oseille
- 60 cl de crème liquide entière
- 4 c. à soupe d'huile de colza
- 3 cubes de bouillon de volaille
- 1 c. à café de baies roses
- Sel et poivre

1. **Effilez le céleri et émincez-le.** Pelez les carottes et coupez-les en 2 dans la longueur, puis en rondelles épaisses. Pelez les poireaux et émincez-les. Pelez les pommes de terre et coupez-les en morceaux.
2. **Faites suer dans un faitout avec l'huile le céleri et les poireaux pendant 10 minutes**, salez et poivrez. Ajoutez les carottes et les pommes de terre. Couvrez à hauteur d'eau et ajoutez les cubes de bouillon émiettés. Couvrez et portez à ébullition. Retirez le couvercle, réduisez le feu et laissez cuire à frémissements pendant 20 minutes.
3. **Lavez et effeuillez le cresson.** Lavez l'oseille, hachez-la le plus finement possible. Pilez les baies roses au mortier. Coupez les escalopes en morceaux.
4. **Versez la crème et l'oseille** dans le bouillon puis rectifiez l'assaisonnement. Reportez à ébullition.
5. **Placez les morceaux de poulet dans le bouillon crémeux** et laissez-les pocher 5 minutes. Dressez le waterzoï dans 4 assiettes creuses en garnissant bien de bouillon de légumes et poulet. Ajoutez le cresson frais et parsemez de baies roses, servez.

Variations autour du cresson

Vous pouvez placer le cresson dépouillé de ses plus grosses branches dans le bouillon en même temps que le poulet, si vous le préférez cuit. Si vous l'aimez cru, utilisez de jeunes pousses qu'il ne sera pas utile d'effeuiller. Les épinards, ou jeunes pousses d'épinards, peuvent remplacer le cresson.

Gaufres fourrées au sirop de cannelle

12 PIÈCES **PRÉPARATION 20 MIN**
CUISSON 20 MIN

- 3 œufs
- 450 g de beurre
- 3 c. à soupe de lait
- 600 g de farine
- 1 c. à soupe de cannelle moulue
- 1 pincée de sel

Pour le sirop :
- 300 g de beurre
- 600 g de sucre de canne blond

1. **Préparez le sirop** en faisant fondre le beurre dans une casserole, puis ajoutez le sucre de canne et mélangez avec une cuillère en bois jusqu'à ce qu'il soit parfaitement fondu.
2. **Préparez la pâte** en mélangeant, dans un robot pétrin, 30 cl du sirop avec les œufs et le lait. Ajoutez la farine, la moitié de la cannelle et le beurre en parcelles. Mélangez bien le tout pour obtenir une pâte homogène.
3. **Divisez la pâte en 12 boules** et faites-les cuire dans un moule à gaufres pendant 30 secondes. Incorporez le reste de cannelle dans le sirop.
4. **Ouvrez les gaufres en 2 dans l'épaisseur** et garnissez-les de sirop à la cannelle avant de les refermer. Dégustez-les chaudes ou froides.

FÉNOT / SUCRÉ SALÉ

Les ustensiles alternatifs

Vous pouvez utiliser un moule à sandwich en aluminium pour la cuisson de ces gaufres. Le principe étant d'utiliser de petites alvéoles pour ces gaufres fines semblables à des biscuits.

Balade GOURMANDE

Un week-end à Lille

Pour une gaufre fourrée, un Boulet de Cassel, une carbonnade ou une tarte fine à la clémentine d'anthologie, c'est à Lille et nulle part ailleurs qu'il faut aller !

Sourire et café du matin

À des années-lumière des « coffee-shops » à la mode qui respirent plus le concept que la sincérité, **Quina Fiers-Min** régale avec ses cafés torréfiés, ses chocolats chauds et toutes les infusions du moment, accompagnés d'une gargantuesque viennoiserie maison (comme le moelleux à la vanille et aux amandes). Le sourire de Quina est proportionnel à sa timidité coréenne. Elle est mariée à Ludovic, un musicien lillois. Ensemble, ils ont l'idée d'ouvrir **Coffee Makers** où la convivialité nordique n'est pas une vaine expression.

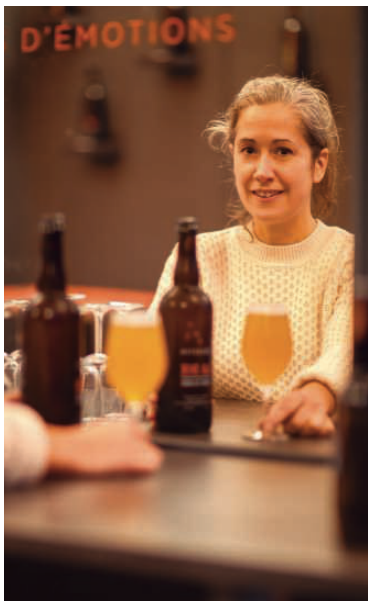
Les fromages ne perdent pas le nord

Inspirées du style Baltard, avec son architecture métallique, les halles de Wazemmes se distinguent par leurs briques rouges. Elles valent autant pour leur décor que pour la galerie des marchands. Parmi eux, il y a une championne du monde du fromage, **Virginie Dubois-Dhorne**. Son étal de fromages **La Finarde**, dont la maison mère est à Arras (avec de magnifiques caves nichées dans l'ancien fort de la ville), est le lieu à Lille (avec la fromagerie Philippe Olivier) où faire son marché de spécialités fermières de la région. Le jour de notre visite, nous avons découvert le Boulet de Cassel, un cousin de la mimolette fabriqué par la Ferme des Templiers, à Oxelaëre.

ADRESSES EN DERNIÈRE PAGE DU CAHIER RÉGION

Un tour de la bière en ville

La bière est le prétexte et la finalité de cette balade culturelle dans Lille organisée par l'**Échappée Bière**, sous la conduite d'**Aurélie Baguet,** guide biérologue érudit. Tout commence au palais Rihour, la visite et l'histoire de la bière. Le bâtiment a été construit au temps où Lille était Bourguignonne. La balade se déroule de microbrasseries en bars spécialisés, ponctuée de hauts lieux historiques. À chaque étape, notre culture de la bière s'enrichit, jusqu'à la dégustation finale. Car la bière n'est pas le vin, les mots pour la comprendre et les gestes pour la boire sont différents.



Un spiritueux comme une antiquité

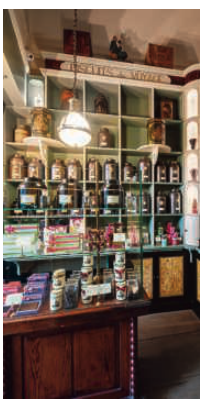
Les eaux-de-vie sont à l'étroit dans cette boutique lilliputienne. Plus de 1 700 bouteilles se serrent sur les étagères. **Denis Danjou** est leur ange gardien et connaît tout sur leur histoire qu'il aime raconter. Cet ancien barman adore chiner les vieilles bouteilles, ces antiquités qui dorment dans les caves. Chez **Ernest, Jacques & Fils**, les spiritueux régionaux, les bons et les authentiques, comme l'Extrait Gin ou le Genièvre de Houlle, sont aussi à l'honneur.

La carbonnade qui « déchire »

Ch'tite Brigitte est la grand-mère de **Clément Richevaux**. Elle a inspiré cet estaminet et la recette de la carbonnade flamande que le chef truculent sert dans une ambiance plus que joyeuse (et fêtarde les soirs de week-end). La bonne humeur n'a d'égal que la qualité des plats. La carbonnade « déchire », pour emprunter un mot à la langue du chef, les frites (servies à volonté) tout autant. Pensez à réserver longtemps à l'avance.

Un voyage dans le temps au pays des gaufres

Thierry Landron, le copropriétaire, l'assure, **Méert** est la plus vieille pâtisserie du monde. Fondée en 1761, elle était à l'époque une confiserie, et ne vendait pas les gaufres fourrées à la vanille qui ont fait sa renommée. Elle fut aussi une grande maison de thé. Les décors intérieurs fastueux datant du XIXe siècle sont un émerveillement. Aussi restaurant ou salon de thé, Méert est le lieu des saveurs sucrées et de toutes les élégances.



Une tarte fine et un éclair

Alex Croquet est un boulanger dont la réputation a franchi presque toutes les frontières. Sa manière de parler de son pain, et surtout de le boulanger, est à la lisière de la poésie et de la science. Il est aussi un pâtissier démoniaque, et goûter l'un de ses gâteaux ouvre les portes de l'enfer de la gourmandise. Il est évident de citer son éclair au café, et sa tarte à la clémentine, jalousée par bien des pâtissiers. Elle est une prouesse technique. Alex Croquet tranche lui-même les agrumes. Délégation impossible, tant le secret de la tarte réside dans la régularité de la finesse de la tranche !

Notre *coup de cœur*

Arborescence

La haute cuisine sans l'ennui et la prétention. C'est chez **Félix Robert** et **Nidta**. C'est **Arborescence**, où l'élégance se niche dans chaque détail. La cuisine est imaginaire, dit le chef. L'ombre, une vague, le passage d'un nuage, tout ce que la vie donne à voir, entendre, sentir, toucher, le beau mieux que le laid, est l'étincelle d'une inspiration et bientôt d'un plat. Félix tire sur l'image comme sur le fil d'une pelote et l'intuition jaillit dans l'assiette, tricotée par ce mélange d'instinct, de sensibilité et de gestes. Le chef a la modestie d'ajouter qu'il y a les échecs que l'on ne goûte jamais et que le défi est de reproduire l'assiette pendant le temps de sa courte saison.

TEXTES ET PHOTOS PAR JEAN-PAUL FRÉTILLET

Les bières de Rubens Figueiredo

À Lens, il brasse la bière dans son estaminet, comme autrefois. Elle accompagne la carbonnade et le potjevlesch, dans la joie et la bonne humeur.

Rubens Figueiredo est le plus ch'ti des Brésiliens.

Saint-Théodore est le nom de la brasserie de Justine et Rubens Figueiredo, tout comme celui de l'église la plus proche. C'était la tradition au pays du charbon, le directeur de la mine donnait son prénom à l'édifice religieux. Il n'était pas sanctifié pour autant ! À Lens, les gueules noires ne descendent plus dans la mine. Dans leur estaminet, Justine et Rubens entretiennent ce qu'il y avait peut-être de mieux en ce temps-là : la convivialité, la joie de se retrouver autour d'une chope de bière et de faire bombance avec un plat simple.

Le mariage du Nord et du Brésil

Justine et Rubens se sont rencontrés au Brésil. Elle est une fille de Lens et d'un pâtissier. Il est né de l'autre côté de l'océan, loin de la mer du Nord. L'amour fait voyager.

Un jour, ils ont visité cet ancien café de Lens qui était à vendre. Ils ont eu le coup de foudre pour l'endroit, un lieu populaire où les gens du quartier venaient boire une bière et faire leur tiercé. Ils en ont fait un estaminet, ces cafés de village du Nord, dans lequel le décor accumule les « vieilleries » des braderies. Un ami artiste a apporté une touche rock.

L'orge maltée, avec de l'eau chaude et le houblon, est la base de la bière.

Bières et cuisine traditionnelle

Dans un atelier attenant, juste derrière une vitre, trône la cuve en Inox dans laquelle Rubens fabrique ses bières. L'embouteilleuse est dans la salle de l'estaminet. Les bouteilles sont servies à table avec l'un des plats d'une carte traditionnelle. Rubens est aussi en cuisine, et il est passé sans encombre de la feijoada (plat brésilien) à la carbonnade flamande. Son potjevlesch (voir recette ci-contre) a reçu un prix régional. Rubens est le plus ch'ti des Brésiliens.

Recettes de Rubens Figueiredo, de la Brasserie Saint-Théodore

La carbonnade flamande

4 PERSONNES **PRÉPARATION : 15 MIN**
CUISSON : 4 H 40

• 1 kg de paleron maigre • 40 g de saindoux • 4 oignons • 60 cl de bière La Lensoise triple • 500 g de pain d'épices • Moutarde • Sel et poivre

1. **Coupez la viande en morceaux.** Pelez les oignons et émincez-les grossièrement. Faites chauffer le saindoux dans une cocotte et faites-y revenir les oignons sans les colorer. Ajoutez la viande. Couvrez et laissez cuire à feu très doux pendant 2 heures.
2. **Couvrez de bière.** Salez et poivrez. Poursuivez la cuisson à feu doux pendant 2 heures.
3. **Coupez le pain d'épices en tranches** et tartinez-le de moutarde. Ajoutez-le dans la cocotte. Comptez encore 40 minutes de cuisson, le temps que le pain d'épices se dissolve dans le jus. Rectifiez l'assaisonnement si besoin. Servez bien chaud avec des frites.

NUIRRA / PHOTO CUISINE

ADRESSES EN DERNIÈRE PAGE DU CAHIER RÉGION

La bonne texture

Dans cette recette, les os remplacent les feuilles de gélatine et permettent au Potjevlesch de prendre naturellement.

Potjevlesch aux trois viandes

4 PERSONNES **PRÉPARATION : 1 H**
CUISSON : 4 H **RÉFRIGÉRATION : 3 H**

• 1 poulet • 1 jarret de veau (avec os) • 250 g d'échine de porc (avec os) • 8 carottes • 4 branches de céleri • 8 gousses ail • 1 bouquet garni • 2 l de bière brune du Nord • 2 c. à soupe de baies de genièvre • 1 c. à soupe de grains de poivre • Gros sel

1. **Grattez les carottes et coupez-les en gros bâtonnets,** lavez le céleri et taillez-le en tronçons. Coupez le poulet en morceaux sans le désosser et placez-le dans une marmite avec le jarret de veau et l'échine de porc. Ajoutez les légumes, les gousses d'ail pelées, le bouquet garni et les baies. Salez au gros sel. Couvrez de bière.
2. **Portez à ébullition.** Écumez et couvrez. Laissez cuire à petits bouillons pendant 4 heures.
3. **Retirez les viandes,** ôtez tous les os et la peau du poulet. Effilochez les viandes et mettez-les dans un grand saladier ou une grande terrine.
4. **Prélevez les légumes, l'ail et les baies à l'écumoire** et incorporez-les à la viande effilochée. Couvrez de bouillon de cuisson. Laissez refroidir puis placez au réfrigérateur pendant 3 heures. Servez en tranches avec une salade verte et des frites.

Le vignoble d'Haillicourt s'érige sur les pentes du terril n° 9.

PÉRIPLE DANS LE BASSIN MINIER

De Lens à Douai, les terrils, symboles de l'héritage industriel du Nord, ponctuent le voyage. Balade au fil des spécialités gourmandes de la région.

TEXTES ET PHOTOS PAR JEAN-PAUL FRÉTILLET

À Lens, un bon café pour démarrer

Dans « Germinal », le roman des miniers du Nord, Zola raconte le réconfort d'un café chaud, même quand il a été passé dans le marc de la veille. À Lens, la boutique de **Laurent Baysse** est donc un bon point de départ pour démarrer l'exploration du bassin minier. Heureusement, le café qu'il prépare n'a rien à voir avec celui de « Germinal ». Dans sa **Brûlerie du Cantin**, le meilleur ouvrier de France – ils ne sont que cinq en France dans la catégorie des torréfacteurs – propose ce qu'il considère être le meilleur sans être élitiste. L'artisan originaire du Cantal sait faire la pédagogie de ses cafés d'origine et souvent d'exception.

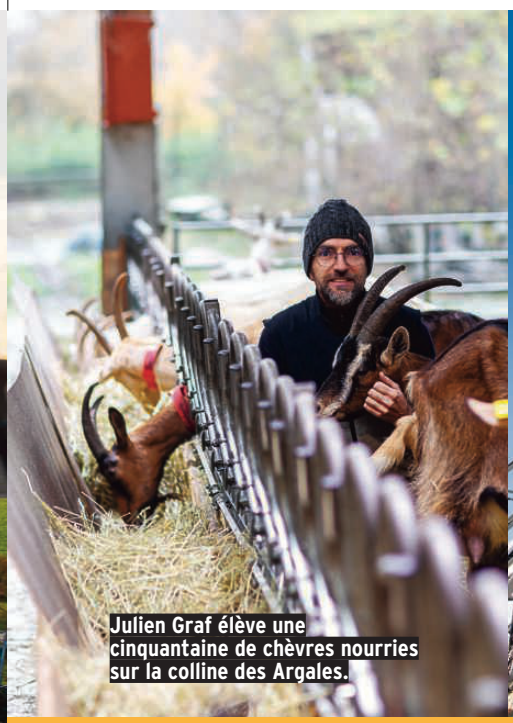
Meilleur ouvrier de France, Laurent Baysse propose du café d'exception.

À Liévin, de la charcuterie venue de l'Est

Sous la halle, **la Maison Schimowski** entretient une tradition régionale : la charcuterie polonaise. Héritage de la grande immigration des ouvriers venus travailler dans la mine après la Première Guerre mondiale. « Mon grand-père polonais ne voulait pas que son fils descende dans la mine, comme c'était l'usage dans toutes les familles, ici. Il a ouvert alors une charcuterie polonaise. Après mon père, j'ai pris la relève et mon fils poursuit la tradition », explique **Philippe Schimowski**. Dans la vitrine, des saucisses et des saucissons fumés de différentes formes portent des noms à la consonance slave : metka, kabanos, sossiski, kielbasa ou krakowska. « Tout est fabriqué ici, ou presque », assure le charcutier en désignant des bocaux de cornichons pour agrémenter ces victuailles. Il prévient : « À ne pas confondre avec les gros cornichons russes qui sont sucrés, les nôtres sont traités au sel et au vinaigre. » À bons entendeurs !

À Haillicourt, des vignes sur les mines

Dans le bassin minier, inscrit sur la liste du patrimoine mondial de l'Unesco, les terrils sont des collines noires de forme conique, témoins d'une autre époque où les villages comme la tête des hommes étaient noircis par les poussières de la houille. Ces montagnes sont les amoncellements



Julien Graf élève une cinquantaine de chèvres nourries sur la colline des Argales.

Le bassin minier, avec ses anciens sites d'extraction de charbon, est classé à l'Unesco.

des résidus du tri du charbon, aussi fertile que le sable du désert. Mais avec le temps, la nature reprend ses droits et la roche feuilletée qui compose ces pyramides se transforme en un sol cultivable. Alors, à Haillicourt, sur le « terril escargot », le n° 9 de la fosse n° 2 bis, de la vigne a été plantée en bio sur le versant sud. Accrochés à la pente, 3 000 pieds de chardonnay paradent à 136 mètres d'altitude. 2023 est le neuvième millésime de ce vin audacieux, baptisé naturellement **le Charbonnay d'Haillicourt**. Olivier Pucek, issu d'une famille de mineurs, et Henri Jammet, un vigneron charentais, sont à l'origine de ce vignoble hors du commun. De l'entretien du cépage à la vendange, transportée à dos d'hommes… la pente oblige à travailler intégralement à la main.

À Rieulay, des chèvres et du fromage

À proximité du magnifique terril des Argales, devenu un site naturel, **Julien Graf** élève des chèvres. Du printemps à l'automne, ses animaux transhument tous les jours de la bergerie au terril où elles gambadent presque en liberté. « Elles broutent la pâture et participent à l'entretien de la réserve naturelle », se félicite l'ancien ingénieur écologue reconverti dans l'élevage de ces animaux tout-terrain. Le lait trait est transformé en fromages de chèvre vendus aux Chevrettes du terril. Son frère Olivier l'a rejoint et, ensemble, ils ont ouvert une table d'hôtes qui dégustent leurs plats sous le regard des chèvres dans leurs enclos. Les visiteurs sont même invités à baptiser les nouveau-nés, voire à adopter les chevreaux mâles. Avis aux amateurs !

Philippe Schimowski, troisième génération à perpétuer les traditions culinaires polonaises.

À Béthune avec Sébastien Renard

En plein centre, le nouveau restaurant de **Sébastien Renard** est une étape obligatoire. Beaucoup l'ont découvert à la télévision, dans « Top Chef », avec son sourire ravageur dont il ne semble jamais se départir. Quand il déambule dans sa **Maison Renard**, il est tel un enfant au matin de Noël ouvrant ses cadeaux. Les peintures sont encore fraîches et les parquets lustrés. Les plafonds sont majestueux et les murs sont bleus comme la mer du Nord. L'attention est l'essence de sa cuisine. « Faire plaisir », comme il faisait autrefois en préparant des crêpes à ses « trois petites sœurs ». C'est à cette époque qu'il a eu le déclic et découvert qu'avec quatre ingrédients il pouvait faire ce qu'il voulait avec un peu ou beaucoup d'imagination. Y aurait-il plus juste définition de la cuisine ?

Sébastien Renard est passé des fourneaux de « Top Chef » à ceux de son propre restaurant, avec succès !

Retrouvez *Cuisine Actuelle* dans l'émission
Bienvenue chez vous
Du lundi au vendredi, de 10 h à 11 h
francebleu.fr

Spécialité RÉGIONALE

Les frites, un ch'ti régal !

Nous avons craqué pour les frites de Fabrice Caron, O Ch'ti Régal. À Bruay-la-Buissière, le patron de cette friterie traditionnelle nous livre ses secrets de réussite. Questions-réponses.

Fabrice Caron conseille de plonger les frites deux fois dans le bain d'huile afin qu'elles soient bien croustillantes.

Avec quelle pomme de terre ?

Dans notre région, la bintje est la reine de la frite et quand on change de variété, les clients s'en aperçoivent immédiatement. L'important est de choisir une pomme de terre à chair tendre, celle que l'on utilise pour faire une purée.

La taille des frites est-elle importante ?

Nous préférons les grosses frites. Dans notre jargon, on parle même de calibre, le nôtre est du 12, le plus gros. La frite, c'est une double sensation : un intérieur tendre, presque comme de la purée, dans une carapace croustillante et dorée. Pour l'obtenir, il faut un gros calibre. Et cela a plus d'allure dans l'assiette.

Faut-il laver les frites ?

C'est toujours mieux de les laver après les avoir coupées, afin d'éliminer l'amidon en surface. Elles ne colleront pas pendant la friture et doreront mieux.

Quelle graisse pour la cuisson ?

Dans le Nord, tout le monde a été élevé aux frites cuites dans la graisse de bœuf, que l'on appelle aussi le blanc. L'odeur est un peu plus forte pendant la cuisson, mais les frites sont incomparables. Contrairement à ce que l'on peut entendre parfois, leur goût n'est pas plus fort. Elles ont juste plus de saveurs. Sachez que la graisse de bœuf est plus chère qu'une huile de friture et qu'il faut la changer plus souvent.

Un ou deux bains ?

Toujours deux bains : le premier à 140 °C pour cuire les frites pendant 5 bonnes minutes, le deuxième plus rapide à 170 °C pour les dorer et la rendre croustillantes. Entre les deux bains, je conseille de laisser refroidir les frites.

Sel, poivre, mayonnaise ?

Il faut bien les saler, et les manger tout de suite après, car le sel a tendance à faire ramollir la frite. Pour le reste, c'est selon les préférences de chacun. On peut ajouter du poivre, bien sûr, mais aussi du vinaigre. Sans oublier toutes les sauces, de la mayonnaise au ketchup en passant par la trentaine de recettes différentes : la ch'ti, l'andalouse, la piccalilli, etc.

La petite histoire

Qui a inventé la frite ? Les Français ou les Belges ? Les Américains parlent de « french fries » pour les désigner, à cause des soldats venus défendre la France pendant la Première Guerre mondiale et qui y ont découvert les frites. Peter Scholliers, professeur d'histoire à l'université de Bruxelles, explique que les frites deviennent populaires au milieu du XIXe siècle dans les kermesses belges. Elles sont préparées par des forains qui, en se sédentarisant, ont donné naissance aux baraques à frites.

Frites au maroilles et à la bière

4 PERSONNES **PRÉPARATION : 30 MIN**
CUISSON : 30 MIN

• **1 kg de pommes de terre bintje** • **150 g de maroilles**
• **15 cl de fond de veau** • **15 cl de bière brune** • **Bain de friture**
• **1 c. à soupe de cassonade** • **Sel et poivre**

1. **Versez la bière brune** dans une casserole avec la cassonade. Faites réduire de moitié sur feu doux. Incorporez le fond de veau et laissez cuire jusqu'à obtenir une consistance sirupeuse. Salez et poivrez. Réservez au chaud.
2. **Préchauffez le four à 240 °C.** Pelez les pommes de terre, lavez-les et taillez-les en frites.
3. **Plongez les frites dans l'eau et rincez-les plusieurs fois.** Épongez-les. Portez un bain de friture à 140 °C. Faites-y cuire les frites pendant 5 minutes. Égouttez-les, laissez-les refroidir et augmentez la température du bain à 170 °C. Plongez-les à nouveau dans l'huile pendant 2 à 3 minutes en les secouant de temps en temps. Stoppez la cuisson quand elles sont dorées.
4. **Égouttez-les et transvasez-les** dans un plat allant au four. Ajoutez le maroilles coupé en gros dés. Enfournez pour 15 minutes. Surveillez bien la cuisson et sortez les frites dès que le fromage commence à fondre. Arrosez d'un peu de sauce à la bière. Dégustez très chaud avec une salade verte.

TEXTES ET PHOTOS PAR JEAN-PAUL FRÉTILLET

4 mini recettes *en plus*

1 Une frittata

• **Fouettez** 8 œufs avec 1 cuillerée à soupe de crème fraîche, salez et poivrez, ajoutez 100 g de parmesan râpé. • **Versez** dans un moule à manqué chemisé de papier sulfurisé. • **Ajoutez** 300 g de frites cuites. • **Enfournez** pour 40 minutes à 180 °C. • **Décorez** de feuilles de basilic à la sortie du four.

2 Gratin du Nord

• **Faites cuire** 1 kg de frites. • **Mettez-les** dans un plat à gratin. • **Couvrez** de tranches de mimolette tendre. • **Superposez** d'une couche d'endives braisées. • **Préparez** une sauce Béchamel au paprika et versez-la par-dessus. • **Saupoudrez** de chapelure. • **Enfournez** à 240 °C le temps de faire gratiner la préparation.

3 Batata mchermla

• **Faites cuire 1 kg** de pommes de terre frites. • **Écrasez** au pilon, ou dans un mixer, 6 gousses d'ail, 3 petits piments rouges et 1 pincée de sel pour obtenir une pâte sèche. • **Mélangez** aux frites dans une poêle sur feu vif. • **Poivrez** et servez avec 1 œuf au plat.

4 Frites au four

• **Pelez** 1 kg de pommes de terre, taillez-les en frites et faites-les cuire à l'eau pendant 7 minutes. • **Égouttez-les.** Mélangez-les dans un saladier avec 1 cuillerée à soupe d'huile de tournesol. • **Enfournez-les** à 180 °C pour 40 minutes. • **Arrosez-les** d'un peu d'huile d'olive et d'ail en poudre. • **Poursuivez** la cuisson encore 5 minutes.

ADRESSES EN DERNIÈRE PAGE DU CAHIER RÉGION

L'événement à ne pas manquer : le carnaval de Dunkerque, un marathon !

Il dure pendant trois mois, à partir du 6 janvier 2024, avec le pic de la fête la semaine du Mardi gras. Les habitants s'en donnent à cœur joie et portent le clet'che, l'habit du carnavaleux. Chacun y va de son imagination. Rien n'est interdit, bien au contraire ! La tradition remonte au début du XVII[e] siècle, avec les fêtes que donnaient les armateurs avant que les marins dunkerquois ne partent pêcher la morue au large de l'Islande.

600 fromages à découvrir dans les Hauts-de-France, cela fait une sacrée route des fromages à parcourir de la Côte d'Opale, avec l'écume de Wimereux, par exemple, à la Thiérache, avec le plus connu d'entre eux, le maroilles, en passant par le Vieux-Lille et la boulette d'Avesnes. Il faudrait presque deux ans, à raison d'un fromage par jour, pour tous les déguster. Le chiffre donné par Hauts-de-France Tourisme paraît pharaonique et ferait de la région le premier pays fromager de France.

Le lieu insolite à visiter : Nausicaá, voyage en haute mer

C'est l'un des aquariums français les plus spectaculaires, situé à Boulogne-sur-Mer, un lieu d'émerveillements pour les petits et les grands. Il donne à observer 58 000 animaux environ, représentant 1 600 espèces différentes. Très engagé dans la protection des mers et des océans, Nausicaá fait découvrir au grand public le milieu marin, sa biodiversité, mais aussi sa fragilité et, donc, son importance pour l'humanité. La pêche durable est l'un des combats de ce lieu unique, mené avec le concours de chefs.

PHILIPPE TURPIN, NICOLAS THIBAUT, DANIEL THIERRY / PHOTONONSTOP – MICHEL VIARD, VLADIMIR MIRONOV / GETTYIMAGES -

Le produit à découvrir : le hareng

Chaque année, le hareng migre en banc depuis la péninsule scandinave pour venir frayer dans la mer du Nord, le long des côtes françaises. Les pêcheurs le capturent traditionnellement à ce moment-là et c'est la fête du hareng, au propre et au figuré. À Boulogne-sur-Mer, le poisson est salé et fumé pour devenir un hareng saur que l'on appelle aussi un gendarme ou un kipper. La confrérie du hareng côtier de Berk-sur-Mer défend la tradition de cette pêche ancestrale et des fêtes du hareng sont organisées dans plusieurs villes et villages côtiers, au cours desquelles le hareng est grillé et son odeur embaume toutes les rues.

Carnet d'adresses

Coffee Makers, 151 rue Pierre-Mauroy, 59800 Lille ; **Alex Croquet,** 66 rue Esquermoise, 59800 Lille ; **Halles de Wazemmes,** 25 place Nouvelle-Aventure, 59000 Lille ; **Chez la Ch'tite Brigitte,** 10 rue des Bouchers, 59800 Lille ; **Ernest Jacques et Fils,** 15 rue des Bouchers, 59800 Lille ; **L'Échappée bière :** Echappee-biere.com ; **Brûlerie du Cantin,** 61 Rue René-Lanoy, 62300 Lens, Brulerieducantin.com ; **Maison Schimowski,** 17 Rue Faidherbe, 62800 Liévin ; **Aux Vignes de France,** 6 bis rue de la Libération, 62940 Haillicourt ; **Julien Graf,** rue de l'Espace-Terril, 59870 Rieulay ; **Maison Renard,** 15 place de la République, 62400 Béthune, Maisonrenard-bethune.fr