

# Beste de savoir

Les perles de la cuisine du Nord

---

28 décembre 2022



# Table des matières

	Introduction . . . . .	1
1.	Flamiche au maroilles . . . . .	2
2.	Welsh . . . . .	3
3.	Carbonade flamande . . . . .	4
4.	Tarte au sucre . . . . .	5
5.	Gaufres liégeoises . . . . .	7
6.	Merveilleux . . . . .	8
	Conclusion . . . . .	9

## Introduction

Au Nord, c'étaient les corons.  
La terre c'était le charbon.  
Le ciel c'était l'horizon.  
Les hommes des mineurs de fond.

C'est vrai, mais pas que, bien heureusement. Le Nord-Pas-de-Calais c'est aussi les beffrois, les falaises de la côte d'Opale, le vieux Lille, la grand-place d'Arras... et la cuisine !

Pour vous la faire partager, j'ai sélectionné 6 recettes emblématiques qui sont pour moi des incontournables de la région. Et qui en plus de ça sont délicieuses (je ne dis pas ça parce que j'ai grandi avec) !



FIGURE 0.1. – Merci schtroumpf cuisinier !

## 1. **Flamiche au maroilles**



FIGURE 1.2. – Flamiche au maroilles

Ça pue un peu, mais qu'est ce que c'est bon ! C'est un peu comme une pizza, mais au maroilles, spécialité de l'Avesnois (sud-est de la région).

Sans tarder, voici la recette. Pour 4 personnes environ, je considère la taille d'une lèche frite.

---

Il faut au préalable préparer une pâte à pain. Pour cela nous aurons besoin de :

- 350g de farine (+ 75g pour étaler) ;
- 20g de levure fraîche ou 1 sachet de levure lyophilisée ;
- 2 cuillères à café de sel ;
- 3 cuillères à soupe d'huile ;
- 25cl d'eau tiède.

Commencez par délayer la levure dans l'eau tiède, puis mélangez la farine avec le sel et l'huile. Quand la levure est bien «dissoute», intégrez-la progressivement à la pâte en mélangeant. Couvrez et laissez reposer une à deux heures.

---

## 2. Welsh

Pour la garniture, il nous faudra :

- 400 à 500g de maroilles ;
- 25cl de bière ;
- un peu de poivre ;
- un peu de beurre.

Commencez par préchauffer votre four à 180–200°C.

Versez la bière dans un saladier pour y faire macérer le maroilles coupé en tranches, pendant trente minutes.

Étalez la pâte à pain sur la lèche-frite et déposez-y le maroilles égoutté.

Poivrez et déposez quelques noisettes de beurre.

Enfournez pour une quinzaine de minutes.

Et voilà, c'est prêt !

## 2. Welsh



FIGURE 2.3. – Welsh

Le welsh est un plat d'origine galloise très ancré dans la culture du Nord-Pas-de-Calais, notamment présent sur la Côte d'Opale où il aurait été apporté par les marins.

Il s'agit d'une fondue au cheddar et à la bière.

Voici la recette pour une personne :

- 150 à 200g cheddar ;
- 1 tranche de pain de campagne / pain de mie ;
- 1 tranche de jambon ;
- 4cl de bière (brune si possible) ;
- ½ cuillère à café de moutarde ;
- ± 1 œuf

Pour commencer, préchauffez votre four à 180°C. Puis coupez le cheddar en dés, ou râpez-le.

Faites griller légèrement votre tranche de pain et déposez-la au fond d'un plat. Ajoutez par-dessus la tranche de jambon.

Dans une casserole, faites fondre le cheddar tout en remuant. Ajoutez la bière lorsque le fromage commence à napper la cuillère.

Remuez ensuite jusqu'à homogénéité.

Enfin, versez dans le plat et enfournez pour 10 à 12 minutes.

### 3. Carbonade flamande

Vous pouvez aussi ajouter un œuf au plat sur le dessus, on parle alors de welsh royal ou complet.

À accompagner de frites<sup>1</sup>, de préférence.

### 3. Carbonade flamande



FIGURE 3.4. – Carbonade flamande

Mmh, la carbonade, quel délice.

C'est une espèce de bourguignon à la bière (encore elle !), originaire des Flandres (région historique).

Un plat sucré-salé qui ravira toutes les papilles.

Voici la recette pour six personnes (ou quatre gros mangeurs).

Commençons par faire le tour des ingrédients.

- 1,5kg de bœuf (paleron de préférence—bien fondant—sinon joue de bœuf, viande à mijoter, à bourguignon) ;

---

1. En double-cuisson dans la graisse de bœuf, évidemment.

#### 4. Tarte au sucre

- 66cl de bière brune ;
- 2 oignons ;
- 60g de beurre ;
- 2 cuillères à soupe de vergeoise (sucre de betterave non raffiné, cassonade en Belgique) ;
- 2 cuillères à soupe de farine ;
- 2 cuillères à soupe de vinaigre rouge ;
- 2 cuillères à soupe de moutarde ;
- aromates : 1 pincée de sel, de poivre, 5 branches de thym, 3 clous de girofle ;
- 2 tranches de pain d'épice tartinées de moutarde.

Coupez la viande en cubes et les oignons en dés. Faites blondir les oignons dans 25g de beurre puis réservez.

Dans le reste du beurre, faites revenir les cubes de bœuf à feu vif.

Une fois roussis sur toutes les faces, ajoutez la farine et mélangez.

Ajoutez alors les oignons, le vinaigre, la moutarde, la vergeoise et les aromates.

Remuez et arrosez avec la bière.

Couvrez puis laissez mijoter 1h45 à feu doux.

Déposez ensuite le pain d'épice à la moutarde sur la viande.

Couvrez à nouveau et laissez cuire encore 30 minutes.

Dégustez.

À accompagner de frites<sup>1</sup>, de préférence.

## 4. Tarte au sucre



FIGURE 4.5. – Tarte au sucre

Passons maintenant au sucré avec la tarte au sucre.

Je vous arrête tout de suite : il n'en existe pas une seule recette.

Comme pour les tartes aux pommes, il y a des centaines de manière de procéder avec des résultats très différents (une tatin n'est pas la même chose qu'une tarte normande).

La recette qui suit est prévue pour la taille d'une tarte, soit environ 6 à 8 personnes.

---

Pour commencer, il nous faudra réaliser une pâte levée avec les ingrédients que voici :

---

1. Ai-je besoin de repréciser ?

#### 4. Tarte au sucre

- 225g de farine ;
- 75g de beurre ;
- 1 œuf ;
- 5cl de lait tiède ;
- 10g de levure fraîche ou ½ sachet de levure lyophilisée ;
- 20g de sucre.

Délayez la levure dans le lait tiède.

Dans un saladier, mélangez la farine avec le sucre et l'œuf.

Faites fondre le beurre, laissez-le un peu refroidir puis ajoutez-le au mélange.

Ajoutez ensuite le lait/levure et pétrissez.

Couvrez et laissez reposer 1h.

---

La suite est très simple, nous aurons besoin de :

- 3 cuillères à soupe de vergeoise ;
- 3 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse.

Étalez la pâte dans un moule à tarte et garnissez de vergeoise.

Cuisez-la 12 à 15 minutes dans un four préchauffé à 180°C.

Laissez refroidir, démoulez et étalez la crème par-dessus (sur toute la surface).

La tarte se déguste une fois qu'elle est entièrement refroidie.

## 5. Gaufres liégeoises

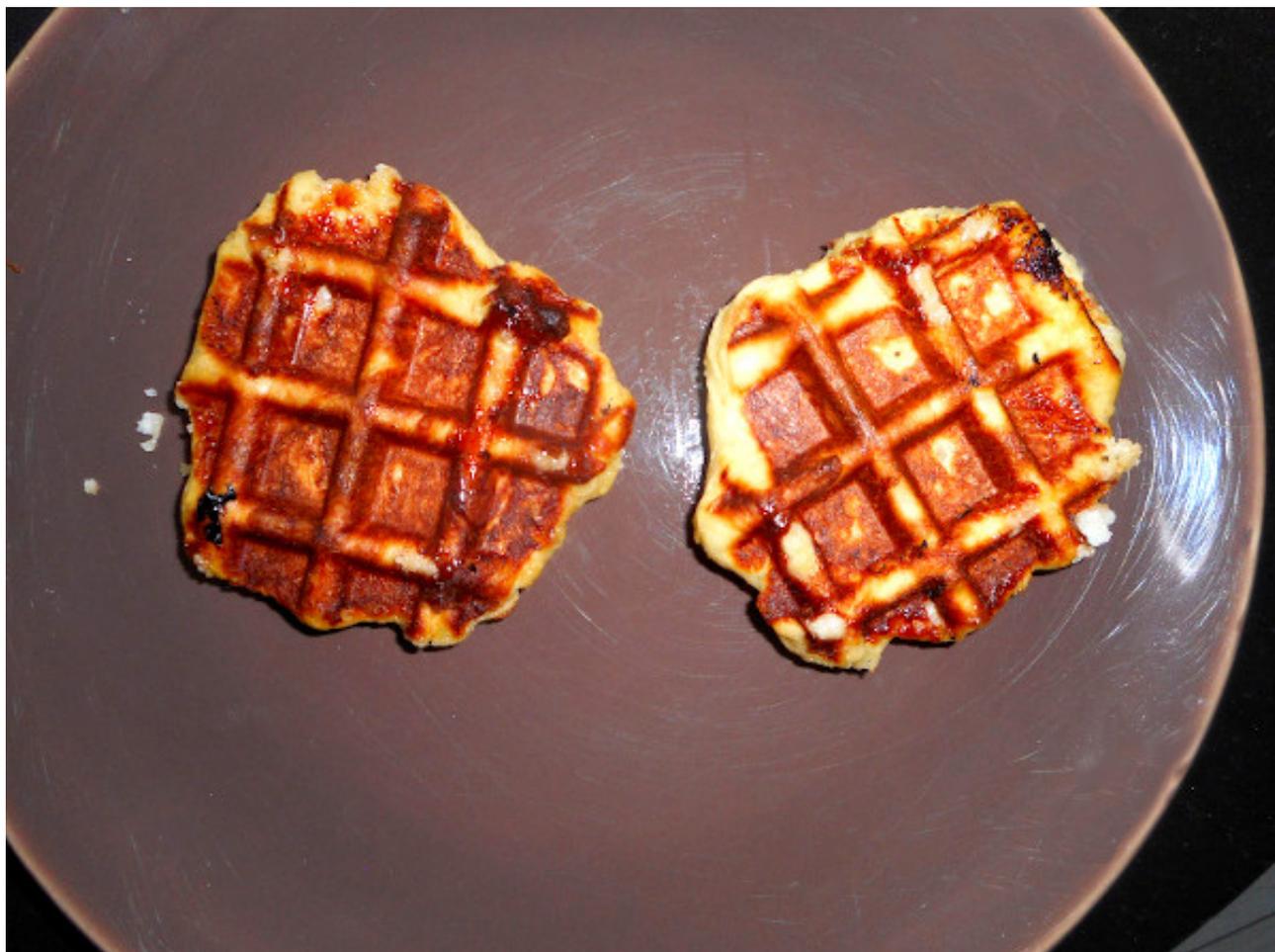


FIGURE 5.6. – Gaufres liégeoises

Vous pouvez oublier les gaufres bruxelloises ou autres, les liégeoises sont vraiment les reines. Ce sont des gaufres qui intègrent des perles de sucre, ce qui forme une petite croûte caramélisée lors de la cuisson, délicieux.

Commençons par les ingrédients, pour une quinzaine de gaufres :

- 400g de farine ;
- 25cl de lait ;
- 2 œufs ;
- 150g de beurre ;
- 100g de sucre perlé gros grains<sup>1</sup> ;
- 1 sachet de levure lyophilisée (ou équivalent en levure de boulangerie) ;
- 2 cuillères à soupe de sucre en poudre ;
- 1 pincée de sel.

Passons maintenant à la préparation de la pâte.

---

1. Dans ce genre là : <https://www.sucresdetirlemont.be/product/sucre-perle> ↗

## 6. Merveilleux

Délayez la levure dans le lait tiède.

Mélangez la farine avec le sucre en poudre et le sel. Ajoutez les œufs et mélangez.

Incorporez le mélange de lait et de levure.

Couvrez et laissez reposer une trentaine de minutes au sec.

Ajoutez alors le beurre en pommade et le sucre perlé puis laissez reposer à nouveau 30 minutes.

Reste ensuite à cuire les gaufres dans votre appareil favori. L'idéal est qu'il n'écrase pas trop les gaufres afin qu'elles gardent une certaine épaisseur.

La pâte est assez consistante, une gaufre correspond à une boule de pâte d'environ une cuillère à soupe.

Placez les boules de pâte dans l'appareil chaud, et laissez-les cuire 3 à 4 minutes.

Les gaufres doivent être bien dorées, mais pas brûlées !

Recommencez ensuite pour chaque fournée.

## 6. Merveilleux



FIGURE 6.7. – Merveilleux

Le merveilleux est une spécialité de Belgique / du Nord, que l'on trouve maintenant assez facilement dans toutes les régions françaises.

Il est composé de deux meringues assemblées avec une garniture de chantilly.

La recette qui suit est prévue pour 8 personnes (8 merveilleux donc). Il vous faudra :

- 3 blancs d'œufs ;
- 150g de sucre ;
- 20cl de crème fleurette ;
- 100g de chocolat à pâtisser ;
- Des copeaux de chocolat.

Commençons par réaliser nos meringues. Préchauffez d'abord votre four à 120°C.

Battez les blancs d'œufs en neige puis ajoutez progressivement le sucre tout en battant.

Continuez de battre jusqu'à ce que le mélange adhère au fouet.

Étalez les meringues sur une plaque à four recouverte de papier sulfurisé.

On veut former deux petites meringues assez plates par merveilleux.

Cuisez les meringues pendant 45 minutes à 1 heure.

Laissez ensuite la porte du four éteint entrouverte le temps de les sécher.

## *Conclusion*

Pour la garniture, montez la crème en chantilly.  
Faites fondre le chocolat et ajoutez-en à la chantilly.  
Incorporez le reste du chocolat à l'aide d'un fouet.

Le montage est plus délicat.

Soudez les meringues deux par deux (bosse contre bosse) et enrobez-les de crème.  
Vous en aurez probablement plein les mains, oui.  
Recouvrez-les ensuite de copeaux de chocolat.

Vous pouvez les déguster immédiatement ou les réserver au frais.

## **Conclusion**

Et sinon, vous prendrez bien une bêtise de Cambrai pour terminer ?