

Recettes • Découverte • Savoir-faire



Partageons
notre région

HAUTS DE FRANCE



*Merci
à nos clients !*

SOMMAIRE

P. 4 PARTAGEONS NOTRE RÉGION

ENTRÉES

- P. 6** Feuilleté de lucullus au confit d'oignons et mâche
- P. 12** Aumônière de Maroilles au vinaigre de Perlé de groseille caramélisé
- P. 16** Œufs brouillés à la Boulette d'Avesnes
- P. 20** Velouté Saint Hubert
- P. 22** Velouté de chou-fleur du Nord et céleri

PLATS

- P. 24** Poêlée d'endives
- P. 28** Ficelles picardes aux endives braisées
- P. 30** Gratin d'endives et de jambon au Maroilles
- P. 34** Chicons (endives) au saumon fumé
- P. 38** Andouille de Cambrai aux poireaux
- P. 40** Le poulet à la bière
- P. 42** Joes de porc à la bière Ch'ti et ses rattes du Touquet
- P. 44** Carbonade flamande

DESSERTS

- P. 48** Ch'Tiramisu
- P. 50** Bavaroise à la chicorée
- P. 52** Poires rôties aux spéculoos
- P. 54** Tarte au sucre
- P. 56** Chicorêve
- P. 58** Cululutte de Grand-Fort-Philippe

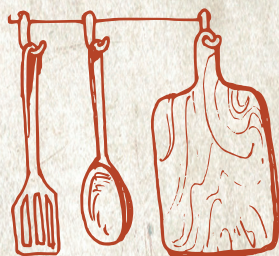
PARTENAIRES

- P. 8** CGF Charcuterie
- P. 14** César Losfeld
- P. 18** Defroidmont
- P. 26** Perle Du Nord
- P. 32** Domaine Picard
- P. 36** Simon Dutriaux
- P. 60** Biscuiterie Bourdon

SPÉCIALITÉS

- P. 10** Le Maroilles
- P. 46** Eau Saint-Amand

- P. 62** BIENVENUE CHEZ U



partage
tradition
racines
identité
fierté
passion
amour
simplicité
naturel
terroir
partenaire
conviction
richesse
avenir





Partageons notre région !

Les Hauts de France

*Vous faire découvrir
tout le savoir-faire des Hauts de France
et le préserver, c'est notre implication*

Les magasins U des Hauts de France, sont conscients des enjeux économiques, sociaux et environnementaux liés à leur activité de commerçant.

Nous sommes des entreprises indépendantes, parfois familiales et surtout impliquées et ancrées dans notre belle région. C'est pourquoi, nous nous sommes engagés de manière concrète dans la valorisation du savoir-faire des entreprises régionales et dans la mise en avant des spécialités locales, véritables reflets de nos valeurs de proximité.

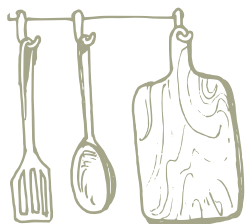
Ainsi avec nos fournisseurs partenaires et tous nos collaborateurs en magasin, nous avons la satisfaction de vous proposer chaque jour des produits de qualité au meilleur prix et la fierté de participer au soutien des producteurs et des emplois de notre région tout en favorisant le circuit court entre le producteur et le consommateur.

Nous sommes convaincus que vous partagez avec nous ces valeurs d'un commerce respectueux de la région, un commerce qui profite à tous, car nous savons que c'est ensemble que nous ferons rayonner les Hauts de France et leurs richesses.

C'est autour de cette idée du partage que nous avons réalisé ce livre afin de vous faire découvrir de belles recettes et de belles histoires.

Certains clients de nos magasins nous ont confié leurs secrets de cuisine, nous avons réalisé ces recettes, nous en avons fait un livre que nous avons le plaisir de vous offrir aujourd'hui.

Les Hauts de France
comme on les  !



partage
 tradition
 racines
 identité
 fierté
 passion
 amour
 simplicité
 naturel
 terroir
 partenaire
conviction
 richesse
 avenir

26 magasins à votre service



« Consommer des produits locaux, c'est défendre notre patrimoine, nos entreprises et toute notre région. Bien consommer, se faire plaisir et partager autour de produits qui ont du goût, transmettre des recettes et des astuces, prendre du temps pour les autres sont des valeurs fortes en cuisine que nous portons dans nos entreprises au quotidien. »

U des Hauts de France, le commerce qui profite à tous !





LA RECETTE

**Feuilleté de Lucullus
au confit d'oignons
et mâche**



Recette partagée par

Madame CARLIER
Cliente de
L'HYPER U NIEPPE



4 pers



20 min



15 min

Ingrédients :

- 1 pâte feuilletée
- 100 g de langue Lucullus
- 1 oignon
- 60 g de mâche
- ½ cuillère à soupe de vergeoise brune
- 1 cuillère à café de vinaigre
- 1 cuillère à café de margarine
- Sel
- Poivre
- 1 cuillère à café de moutarde
- 1 cuillère à soupe d'huile de colza
- 1 cuillère à café de vinaigre
- 1 cuillère à soupe de crème liquide
- 1 cuillère à soupe de bière
- 2 tranches de pain d'épices

PRÉPARATION :

Découpez la pâte feuilletée en un carré de 8 cm de côté. Mettez à cuire la pâte thermostat 8 (240°C) une dizaine de minutes et réservez-la.

Épluchez l'oignon et émincez-le finement. Faites-le revenir dans la margarine à feu très doux, compotez les oignons, à mi-cuisson rajoutez la vergeoise et le vinaigre puis faites cuire jusqu'à l'obtention d'une compote, salez et poivrez.

Réalisez une vinaigrette en mélangeant la moutarde, le sel, le poivre, puis montez à l'huile. Ajoutez la crème, le vinaigre et la bière.

Pour dresser, coupez en 2 votre feuilletage, déposez-y la tranche de Lucullus. À côté, disposez la mâche et parsemez-la de confit d'oignons et quelques cuillerées de la vinaigrette. Garnissez enfin de morceaux de pain d'épices grillé.

Découverte



CGF charcuterie



Charcuterie
des Hauts de France

CGF CHARCUTERIE

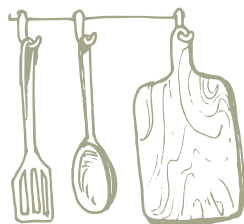


CGF charcuterie

La Qualité, on y prend goût !

Partenaire

CGF Charcuterie
10 Rue Clément Ader
62100 Calais



partage
tradition
racines
identité

fierté

passion

amour

simplicité

naturel

terroir

partenaire

conviction

richesse

avenir

...



La Bourgeoise du Nord est idéale pour les toasts et sandwiches.



Spécialité

Hauts de France



Le Maroilles

L'origine du fromage remonte à l'an 960, elle est liée à l'abbaye Saint-Humbert de Maroilles. Fondée au VIII^{ème} siècle, elle était située pour l'essentiel dans les actuels arrondissements d'Avesnes (département du Nord) et de Vervins (département de l'Aisne). Les moines bénédictins ont favorisé très tôt une production fromagère, car la région est adaptée à l'élevage en pâturages.

Le « Maroilles » apparaît comme un produit spécifique dès 1723 dans le Dictionnaire universel du commerce, d'histoire naturelle, d'arts et de métiers de Savary des Brûlons sous la forme « marolles ».

La zone géographique de production du Maroilles correspond au pays naturel de la Thiérache, située au sud de l'arrondissement d'Avesnes (Nord) et au nord de l'arrondissement de Vervins (Aisne).

Son paysage est très particulier, véritable bocage entre la plaine du Nord et le plateau crayeux de Picardie. L'identité de la Thiérache est étroitement liée aux herbages maillés de haies ; on appelle cette petite région « le pays vert ».

Le Maroilles est donc un véritable fromage de territoire. C'est bien ce qu'indiquait dans ses attendus, le jugement du 17 Juillet 1955 du tribunal de première instance de Château-Thierry : « le fromage fabriqué dans cette région tire donc sa valeur du cru du lait, de la flore bactérienne particulière à la région, des caves d'affinages spéciales à son sous-sol pour en faire un fromage d'un aspect et d'un goût spécial impossible à obtenir dans une autre région. »

Le saviez-vous ?

Le Maroilles est la seule AOC de la région Nord-Pas-de-Calais.



partage

tradition

racines

identité

fierté

passion

amour

simplicité

naturel

terroir

partenaire

conviction

richesse

avenir

...



idée recette ✖



P. 12



page 11

LA RECETTE

**Aumonière de Maroilles
au vinaigre de Perlé
de groseille caramélisé**





Recette partagée par

Madame DALLO

Cliente du

SUPER U TERDEGHEM



4 pers



15 min



5 min

Ingrédients :

- 4 feuilles de brick
- 100 g de sucre
- 20 cl de Perlé de groseille
- 4 bouquets de choux romanesco ou de brocolis
- 4 asperges
- 20 g de groseilles
- 5 cl de vinaigre d'alcool
- 1/2 Maroilles



PRÉPARATION :

Dans une casserole, mettez le sucre à fondre avec 5 cl de Perlé de groseille. Lorsque le caramel commence à colorer, mettez les 5 cl de vinaigre puis les 15 cl de Perlé de groseille restants. Laissez refroidir le caramel. Rectifiez si besoin avec un peu de Perlé de groseille selon la consistance.

Faites cuire les asperges et les 4 morceaux de choux à la vapeur. Mettez les feuilles de brick sur une plaque et disposez au centre de chacune 4 fines tranches de Maroilles. Refermez avec une ficelle de cuisine ou un pique en bois.

Passez au four à 160°C pendant 5 bonnes minutes. Dressez sur une assiette le caramel puis positionnez les choux, l'asperge, l'aumônière et les groseilles sur celui-ci.

Découverte



Fromages des Hauts de France

CÉSAR LOSFELD



Partenaire

Losfeld Distribution
15, rue du Luxembourg
59100 Roubaix

FOCUS PRODUIT

Découvrez nos mimolettes, d'environ 3 kg, au lait de vache, jeune, fruitée*, de Garde*, extra-vieille et extra-vieille cassante !

* En partenariat avec plusieurs producteurs régionaux, nous avons développé à ce jour 4 fromages labellisés « saveurs d'or » : Géant des Flandres, Pavé du nord 1/2 vieux, Mimolette (Reine du Nord Fruitée et Reine du Nord de Garde) et Le Petit César. Une garantie d'excellence.

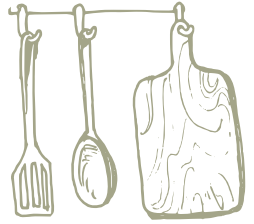
L'HISTOIRE

César Losfeld symbolise la tradition fromagère dans le Nord depuis 1871, mais ce nom n'est pas synonyme d'immobilisme. Nous osons donner une impulsion nouvelle à tous nos produits d'affinage, cela va sans dire, sans toucher à la qualité.

Aujourd'hui nous devons tisser plus de liens avec le consommateur. À cette fin, toutes les pâtes pressées non cuites affinées dans nos caves sont rassemblées sous un même sourire, celui de la Reine du Nord. Une marque qui parle à tout le monde, aux jeunes comme au moins jeunes, avec bonhomie et bonne humeur.

LE SAVOIR-FAIRE

Nous sélectionnons et affinons dans nos caves le meilleur des fromages de notre région, le Nord de la France. Fort d'un savoir-faire transmis de père en fils depuis 4 générations, nous avons reçu en héritage le respect des traditions et un attachement profond à notre terroir. C'est donc une grande fierté de vous proposer des produits locaux exceptionnels, notamment notre sélection inégalée de mimolettes qui va de la très jeune au goût fruité, à la «cassante» extra-vieille aux saveurs créées pour grands amateurs.



partage

tradition

racines

identité

fierté

passion

amour

simplicité

naturel

terroir

partenaire

conviction

richesse

avenir



Xvisite



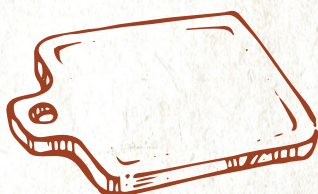


LA RECETTE

**Oeufs brouillés
à la Boulette
d'Avesnes**

La petite histoire...

Étant fidèle à la région, j'avais
acheté un livre de recettes du
Nord, écrit à moitié en Français
et à moitié en Ch'ti.



Recette partagée par

Madame PETIT

Cliente du

SUPER U BRUAY-SUR-L'ESCAUT



4 pers



15 min



10 min

Ingrédients :

- 8 œufs
- 1 Boulette d'Avesnes
- 5 cl de crème liquide
- Beurre
- Poivre



PRÉPARATION :

Grattez la croûte orange de la boulette d'Avesnes.

Coupez le fromage en morceaux et écrasez-le à la fourchette.

Faites-le fondre tout doucement avec la crème dans une petite casserole en remuant.

Faites fondre un peu de beurre dans une poêle antiadhésive.

Cassez les œufs directement dans la poêle et brouillez-les aussitôt avec une spatule.

Poivrez généreusement.

Versez le fromage fondu sur les œufs et mélangez.

Les œufs ne doivent surtout pas avoir le temps de s'assécher.

Servez cette omelette de caractère accompagnée d'une salade verte.

Découverte



Spécialités
des Hauts de France

DEFROIDMONT



Partenaire

Defroidmont SAS

159 Grand rue
59550 Maroilles

FOCUS PRODUIT

La flamiche au Maroilles est un savoureux mariage entre la légèreté d'une pâte levée et la finesse d'un fromage de très haute tradition : le Maroilles. Pâte étalée et garnie à la main. Elle s'accommode très bien d'une bière régionale ou d'un vin rouge charpenté et rond.



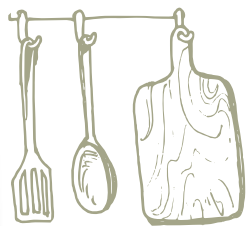
L'HISTOIRE

Fondée en 1926 par Sébastien Defroidmont, l'entreprise n'a cessé de préparer depuis cette époque des mets de qualité qui ravissent les plus fins gastronomes.

C'est M. Jean-Jacques Defroidmont, boulanger-pâtissier qui marie depuis 1960 talent culinaire et terroir et promulgue des recettes traditionnelles en créant des produits succulents. Le slogan « Nos Terroirs ont du talent ! » est né. Flamiche au Maroilles, Crottins Avesnois, Mini-madeleines, Tarte au sucre et Vergeoise, les spécialités Defroidmont témoignent d'un savoir-faire traditionnel hérité de quatre générations de maîtres-pâtisseries. Et que de chemin parcouru !

LE SAVOIR-FAIRE

Innover, fabriquer, distribuer, la société Defroidmont excelle dans les spécialités agroalimentaires salées ou sucrées. En frais ou en surgelé, leurs créations gastronomiques sont diffusées en France et en Europe. L'entreprise continue à manier son talent à la cuisine traditionnelle, faisant ainsi la fierté de la Famille Defroidmont, en alliant leur créativité à l'amour du terroir. Les produits Defroidmont suscitent un plaisir gastronomique rendant ainsi authentique le patrimoine culinaire des régions de France.



partage

tradition

racines

identité

fierté

passion

amour

simplicité

naturel

terroir

partenaire

conviction

richesse

avenir

...

*visite





LA RECETTE

**Velouté Saint
Hubert**

La petite histoire...

Cette recette m'a été remise
par le Comité d'entreprise des
Etablissements Hubert de Bruay
en août 1996, d'où le titre.



Recette partagée par

Madame PETIT

Cliente du

SUPER U BRUAY-SUR-L'ESCAUT



4 pers



20 min



40 min

Ingrédients :

- 1,5 l d'eau
- 500 g d'oignons
- 500 g de pommes de terre
- ½ Maroilles
- 20 cl de crème fraîche
- 30 g de beurre
- 1 cuillère à soupe de farine
- Sel, poivre

PRÉPARATION :

Émincez les oignons et faites-les revenir avec le beurre.

Ajoutez la farine et laissez-la roussir.

Ajoutez ensuite l'eau et les pommes de terre coupées en dés.

Salez, poivrez, portez à ébullition et laissez cuire 30 minutes.

Mixez le tout puis ajoutez la crème et le Maroilles.

Chauffez et remuez constamment jusqu'à ce que le fromage soit fondu.

Servez avec des croûtons frits.

Plat à déguster en hiver !





LA RECETTE

**Velouté de
chou-fleur du Nord
et céleri**

La petite histoire...

Le bon chou-fleur de notre région ! Cette recette m'a été transmise par mamie, afin de ne pas oublier les délicieuses recettes de nos grands-mères. Un beau travail de mémoire et de transmission. Bon appétit !

Recette partagée par

Madame SWAENEPOEL

Cliente du

SUPER U GRAND-FORT-PHILIPPE



4 pers



10 min



40 min

Ingrédients :

- 1 chou-fleur
- ½ boule de céleri rave
- 1 oignon
- 20 cl de crème d'amandes ou de crème fraîche
- 1 cube de bouillon de légumes
- ½ cuillère à café de noix de muscade râpée
- 3 cuillères à soupe d'amandes effilées
- Sel



PRÉPARATION :

Otez les feuilles et l'extrémité de la tige du chou-fleur.

Détaillez-le en bouquets.

Rincez, pelez et coupez le céleri en cubes.

Mettez l'oignon, le chou-fleur et le céleri dans une cocotte.

Ajoutez le cube de bouillon et de l'eau au 2/3 de leur hauteur.

Faites cuire à mi-couvert 35-40 minutes.

Ajoutez un peu d'eau si nécessaire.

Ajoutez la crème d'amandes et la noix de muscade hors du feu.

Salez, mélangez et mixez longuement pour obtenir une texture veloutée.

Faites dorer les amandes effilées (3 à 4 minutes) dans une poêle à sec.

Servez le velouté chaud parsemé d'éclats d'amandes.

LA RECETTE

Poêlée d'endives



Recette partagée par

Monsieur BAILLEUL

Client de

L'HYPER U NIEPPE



Ingrédients :

- 8 endives
- 200 g de lardons fumés
- 400 g de champignons de Paris
- Persil
- Beurre
- Huile
- Sel
- Poivre



4 pers



15 min



50 min

PRÉPARATION :

Lavez, séchez et coupez les champignons en fines lamelles.

Enlevez les premières feuilles des endives.

Dans une poêle, faites rissoler les lardons dans un peu d'huile, réservez-les.

Faites cuire les champignons dans cette même poêle 10 minutes, puis mettez-les de côté.

Ajoutez un bon morceau de beurre dans la poêle et faites revenir les endives jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.

Faites-les cuire à feu moyen 30 minutes, puis ajoutez les lardons et les champignons et poursuivez la cuisson 10 minutes environ.

Salez et poivrez.

Parsemez d'une persillade et servez.



Découverte



Endives
des Hauts de France

PERLE DU NORD



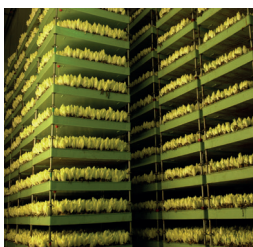


Partenaire

SAS Perle Du Nord
1, Allée Du Vélodrome
ZAC des Rosati
62223 Saint-Laurent-
Blangy



Xvisite



L'HISTOIRE

Le savoir-faire des endiviers des Hauts-de-France, groupés au sein du Comité Économique Agricole des Légumes et Fruits du Nord de la France (CELFNORD), appuyé par une recherche variétale constante, les a amenés en 1983 à produire une endive toujours plus belle et plus parfaite. Ils l'ont baptisée « la Perle du Nord ».

Aujourd'hui, la société Perle du Nord regroupe 140 producteurs d'endive des Hauts-de-France. Leur objectif commun : s'associer pour mutualiser leurs forces autour d'une marque de renommée internationale et s'adapter aux besoins des consommateurs, en investissant pour l'amélioration de la qualité et le développement d'innovations.

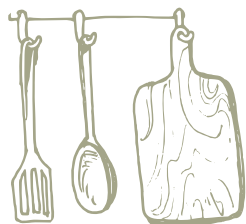
LE SAVOIR-FAIRE

Les agriculteurs Perle du Nord s'engagent au quotidien pour une qualité supérieure de leurs produits grâce aux outils suivants :

- La traçabilité, qui permet une sécurité alimentaire totale des produits.
- Le respect de cahiers des charges plus exigeants que les normes en vigueur. État sanitaire, longueur, diamètre, homogénéité, aspect et blancheur... ces critères de sélection rigoureux assurent la constance des légumes mis sur le marché.

- La qualité, grâce à l'agrégé de 100 % de la production et aux contrôles quotidiens réalisés par une équipe qualité dédiée dans tous nos sites de conditionnement.

En 2017, avec 80 000 tonnes d'endives produites chaque année, Perle du Nord est devenue leader du marché européen.



partage
tradition
racines
identité
fierté
passion
amour
simplicité
naturel
terroir

partenaire

conviction
richesse
avenir



LA RECETTE

**Ficelles picardes
aux endives
braisées**





Recette partagée par

Madame DEBERDT

Cliente du

SUPER U HAZEBROUCK



4 pers



20 min



40 min

Ingrédients :

- 12 endives spéciales à braiser
- 8 œufs
- 140 g de beurre
- 1,25 L de lait
- 5 cl de sauce soja sucrée
- 1,100 kg de farine
- 320 g de girolles
- ½ jus de citron
- 1 cuillère de sucre
- Sel
- Poivre

PRÉPARATION :

Réalisez une pâte à crêpes en versant dans un saladier 1 kg de farine, 8 œufs et fouettez en ajoutant 50 cl de lait. Passez la pâte au chinois pour éliminer les grumeaux. Réalisez les crêpes dans une poêle puis réservez.

Centrifugez 4 endives. Versez le jus obtenu dans une casserole avec 75 cl de lait et la sauce soja, puis faites chauffer. Dans une autre casserole, faites fondre 100 g de beurre, ajoutez 100 g de farine en pluie et fouettez. Séchez 5 minutes sur le feu pour obtenir un mélange lisse. Laissez refroidir.

Effeuillez les 8 endives restantes. Gardez chaque cœur et taillez le reste des feuilles en petits dés. Dans une casserole, faites fondre 20 g de beurre, ajoutez les cœurs d'endives et faites-les colorer légèrement. Mouillez à mi-hauteur avec de l'eau. (Ajoutez éventuellement un cube de bouillon de volaille). Ajoutez les dés d'endives, salez, poivrez, sucrez et ajoutez le jus de citron. Laissez cuire jusqu'à évaporation, en retournant régulièrement les cœurs. Versez le lait chaud, le jus d'endive et la sauce soja sur le mélange beurre-farine. Laissez cuire jusqu'à épaississement, 3 à 4 minutes à faible ébullition, en mélangeant régulièrement. Assaisonnez et ajoutez les dés d'endives étuvées.

Dans chaque crêpe, disposez la béchamel puis un cœur d'endive. Roulez la crêpe et disposez-la dans un plat à gratin. Répétez l'opération pour les autres crêpes.

Enfournez 30 minutes à 160°C.

Juste avant de servir vos crêpes, préparez quelques girolles : après les avoir passées à l'eau et séchées sur un papier absorbant, coupez-les en deux et passez-les à la poêle 1 minute dans un fond de sauce soja et disposez-les dans l'assiette avec vos crêpes.





LA RECETTE

**Gratin d'endives
et de jambon
au Maroilles**

La petite histoire...

Cette recette m'a été transmise
par ma mère.



Recette partagée par

Madame MERDA
Cliente du
SUPER U FRESNOY-LE-GRAND



4 pers



20 min



30 min

Ingrédients :

- 8 endives
- 150 g de Maroilles
- 15 cl de crème liquide
- 3 tranches de jambon blanc
- 1 jus de citron
- 1 tablette de bouillon de volaille
- 1 cuillère à café de cumin
- 1 pincée de sucre
- Poivre



PRÉPARATION :

Lavez les endives, retirez le trognon et enlevez les premières feuilles si elles sont abîmées.

Dans une casserole, faites chauffer 2 l d'eau et délayez-y la tablette de bouillon.

Ajoutez le jus de citron et la pincée de sucre.

Plongez-y les endives entières et laissez-les cuire 20 minutes dans l'eau frémissante puis égouttez-les.

Préchauffez le four à 210°C (thermostat 7).

Détaillez le jambon en petits carrés.

Retirez la croûte du fromage et coupez-le en dés.

Faites-les fondre à feu doux avec la crème et le poivre en mélangeant à la spatule.

Hors du feu, ajoutez les morceaux de jambon.

Rangez les endives dans un plat à gratin.

Versez la crème au Maroilles et jambon par-dessus.

Saupoudrez de cumin et enfournez pour 10 minutes.

Servez chaud.

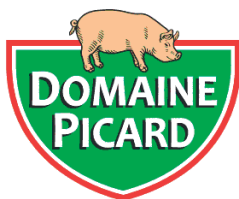
Bon appétit !

Découverte



Charcuterie
des Hauts de France

DOMAINE PICARD



Partenaire

Domaine Picard
RN 25
80260 Villers Bocage

FOCUS PRODUIT

Jambon du Nord

Un jambon entier « bien de chez nous », du Nord de la France, conservé dans sa forme d'origine. Un jambon issu de nos régions, pour soutenir les éleveurs locaux mais aussi pour réduire l'impact environnemental grâce à une optimisation des transports.

L'HISTOIRE

Lucien Thuillier ouvre sa charcuterie en 1949, à Talmas en Picardie. Elle devient Domaine Picard en 1960, revendant ainsi notre terroir. En 1973, l'entreprise connaît un tournant par sa forte croissance avec 70 références fabriquées et une distribution élargie.

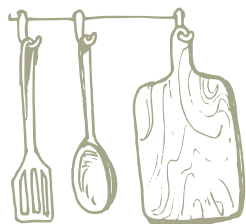
En 1996, la croissance de l'entreprise nécessite la construction d'une nouvelle unité en intégrant la fabrication de jambon à l'ancienne.

En 2005 l'entreprise s'agrandit et ouvre un atelier de tranchage.

Enfin c'est en 2012, qu'une nouvelle extension des ateliers et de la capacité de stockage est faite.

LE SAVOIR-FAIRE

Non conformiste dans notre domaine, nous réalisons des produits originaux par leur recette, leur process, leur packaging ou leurs ingrédients. Artisan dans l'âme, nous respectons la tradition charcutière et l'intégrité du produit. Nos collaborateurs sont notre richesse, nous mettons tout en œuvre pour qu'ils se sentent à l'aise dans leur mission. Entreprise citoyenne, nous travaillons dans la mesure du possible avec des acteurs économiques locaux. Amoureux de la charcuterie, nous sommes exigeants sur le choix des matières premières et des ingrédients pour les recettes.



partage

tradition

racines

identité

fierté

passion

amour

simplicité

naturel

terroir

partenaire

conviction

richesse

avenir

...

X découverte





LA RECETTE

**Chicons (endives)
au saumon fumé**

La petite histoire...

Parce que dans le Nord on
aime les endives...
en salade, en gratin,
à l'apéro, une variante
des endives au jambon.

Recette partagée par

Madame HENEMAN

Cliente du

SUPER U GRAND-FORT-PHILIPPE



4 pers



25 min



40 min

Ingrédients :

- 4 endives
- 4 tranches d'emmental
- 4 tranches de saumon fumé
- 40 g de beurre
- 2 cuillères de farine
- 12,5 cl de lait
- 1 cuillerée de crème fraîche
- Sel, poivre
- Noix de muscade
- 50 g d'emmental râpé
- Chapelure
- 4 noisettes de beurre

PRÉPARATION :

Faites cuire 4 endives à la cocotte pendant 10 minutes et laissez-les égoutter.

Gardez l'eau de cuisson.

Préparez une béchamel :

Faites fondre 40 g de beurre, ajoutez 2 cuillères de farine et versez progressivement 25 cl de liquide chaud (moitié lait, moitié jus de cuisson des endives) tout en mélangeant bien.

Ajoutez ensuite 1 cuillère de crème fraîche, la noix de muscade, salez et poivrez.

Entourez chaque endive d'une tranche d'emmental puis d'une belle tranche de saumon fumé.

Dressez dans un plat à gratin, recouvrez de béchamel, d'emmental râpé et de chapelure. Parsemez de noisettes de beurre.

Mettez au four pendant 20 à 30 minutes à 180°C.

Cette recette peut être réalisée avec des poireaux.

Bon appétit !



Découverte



Maison fondée en 1886

Simon

lin le



Saurisserie
des Hauts de France

SIMON-DUTRIAUX



Partenaire

Établissements Simon Dutriaux

Rue Gustave Eiffel
62880 Vendin-le-Vieil

FOCUS PRODUIT

Le Saumon « Ficelle »
origine Norvège
ou Écosse :

Notre saumon
premium est
fumé lentement,
suspendu par
la queue dit « à
la ficelle », qui
garantit une chair
moins grasse et un
goût « fumé » très
authentique.



L'HISTOIRE

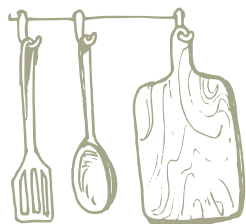
Les établissements Simon-Dutriaux sont nés de la fusion en 1996 des sociétés Simon et Dutriaux, fondées respectivement en 1886 et 1935. L'objectif était de créer une entreprise proposant une gamme diversifiée, afin de répondre aux attentes des clients. Première conserverie de Rollmops créée en France, nous avons rejoint en 2008 le groupe Floridienne, acteur majeur de l'agroalimentaire spécialisé dans les produits alimentaires festifs.

LE SAVOIR-FAIRE

Forte d'un savoir-faire plus que centenaire, l'entreprise est toujours attachée à ses recettes traditionnelles comme les rollmops, les harengs, les maquereaux et les saumons fumés qui ont fait sa réputation.

Notre site de production, situé à Vendin-le-Vieil en région Hauts de France, permet de traiter plus de 3000 tonnes de produits finis par an. Nous avons développé des procédures très strictes en matière de suivi de la production qui nous permettent de tracer l'ensemble de nos produits, du lieu de pêche à l'assiette du consommateur.

Nos filets de hareng fumés doux, maquereaux fumés et rollmops, produits typiques de notre région, ont obtenu par le Groupement Qualité Nord-Pas-de-Calais le label « Saveur en'Or » (marque collective régionale).



partage

tradition

racines

identité

fierté

passion

amour

simplicité

naturel

terroir

partenaire

conviction

richesse

avenir

...

visite





LA RECETTE

**Andouille de
Cambrai aux
poireaux**



Recette partagée par

Monsieur BUISINE

Client du

SUPER U HOUPLINES



4 pers



20 min



3 h 30

Ingrédients :

- 1 andouille de Cambrai
- 8 à 12 poireaux
- 25 cuillères à soupe de moutarde
- 20 cl d'huile
- 5 cuillères à soupe de vinaigre
- 1 oignon
- Sel
- Poivre

PRÉPARATION :

Mettez l'andouille dans un faitout. Couvrez-la d'eau froide. Laissez bouillir lentement. Couvrez et faites cuire 3 heures. Lorsque c'est cuit, laissez tiédir l'andouille, toujours dans l'eau.

Lavez et épluchez les poireaux en laissant du vert. Coupez chaque feuille verte en 2 dans sa longueur sans séparer les morceaux pour obtenir une sorte de balai. Formez 4 bottillons. Faites cuire les poireaux pendant 30 minutes dans de l'eau bouillante, préalablement salée. Puis égouttez et passez-les sous l'eau froide pour raviver la couleur.

Pendant leur cuisson, faites la sauce. Pour cela, délayez la moutarde avec l'huile et le vinaigre, ajoutez 1/3 d'oignon émincé, salez et poivrez.

Pour servir, sortez l'andouille et tranchez-la en rondelles assez épaisses. Accompagnez des poireaux déliés et nappés de sauce.

Bon appétit !





LA RECETTE

**Le poulet
à la bière**



Recette partagée par

Monsieur MARECHAL

Client du

SUPER U BRUAY SUR L'ESCAUT



5 pers



20 min



1 h 30

Ingrédients :

- 5 cuisses de poulet
- 1 oignon piqué
de clous de girofle
- 2 échalotes
- 4 carottes
- 250 g de lardons fumés
- 2 bouteilles de bière
du Nord
- Beurre
- Farine
- Moutarde
- 1 verre de liqueur
de genièvre
- 1 bouquet garni
- 1 cuillère à soupe
de baies de genièvre
- 1 branche
de céleri branche
- Thym
- Sel, poivre

PRÉPARATION :

Badigeonnez les cuisses avec de la moutarde avant de les fariner.

Épluchez les carottes avant de les couper en quatre dans le sens de la longueur et en tronçons.

Faites fondre du beurre dans un faitout et faites-y dorer les cuisses de poulet des 2 côtés.

Lorsqu'elles sont bien dorées, flambez la préparation avec la liqueur de genièvre mise à chauffer dans une casserole.

Ajoutez les lardons fumés, les carottes, la branche de céleri, le bouquet garni, l'oignon, les échalotes émincées, le thym et des baies de genièvre. Salez, poivrez.

Recouvrez avec la bière, tous les ingrédients doivent être mouillés.

Laissez mijoter entre 1 heure et 1 heure ½ en ajoutant de la bière au cours de la cuisson, si nécessaire, pour éviter au plat d'attacher.

Ce poulet à la bière est délicieux servi avec des croquettes de pommes de terre maison ou un onctueux gratin de purée préparé avec du gruyère râpé et de la crème fraîche.

LES CROQUETTES DE POMMES DE TERRE

(recette de la maman de Brigitte).

Elles doivent être préparées la veille :

Faites cuire 1,5 kg de pommes de terre en robe des champs dans de l'eau salée.

Une fois cuites, épluchez-les et passez-les au presse-purée. Salez.

Ajoutez 2 jaunes d'œufs. Mettez les blancs dans une assiette. Battez-les à la fourchette.

Versez de la chapelure dans une autre assiette.

Faites des boules avec la purée en ayant pris soin de fariner vos mains.

Roulez les croquettes dans les blancs battus puis dans la chapelure.

Laissez reposer une nuit avant de cuire les croquettes dans de l'huile bien chaude.




LA RECETTE

Joues de porc à la
bière Ch'fi et ses
rattes du Touquet



La petite histoire...

Recette de ma 'tit
grand-mère Marguerite 



Recette partagée par

Madame DUTAS

Cliente du

SUPER U GRAND-FORT-PHILIPPE



6 pers



20 min



1 h 45

Ingrédients :

- 1,5 kg de joues de porc
- Brins de romarin
- Beurre
- 3 oignons
- 3 branches de céleri
- 2 gousses d'ail
- 1 l de bière Ch'ti
- 2 carrés de bouillon de bœuf
- Sel, poivre
- 3 carottes
- Thym, laurier
- Fécule de maïs
- 1 kg de rattes du Touquet

PRÉPARATION :

Faites chauffer le beurre et saisissez-y la viande.

Ajoutez les oignons, les gousses d'ail, les branches de céleri, les carottes en rondelles, le romarin, le thym et le laurier.

Versez la bière Ch'ti puis ajoutez les carrés de bouillon.

Couvrez et laissez mijoter doucement pendant 1 h 45.

Salez, poivrez.

Liez à la fécule de maïs.

Servez avec des rattes du Touquet (pommes de terre) en garniture que vous aurez fait revenir à la poêle ou cuites à l'eau.





LA RECETTE

**Carbonade
flamande**

La petite histoire...

Ma préférence pour la viande est le gîte nerveux.

Cette recette m'a été transmise en 1965 par une amie, professeur de cuisine.

Je l'ai transmise à mes enfants et petits-enfants.



Recette partagée par

Madame NUTTEN-DEWAELE

Cliente du

SUPER U WORMHOUT



6 pers



20 min



3 h 30

Ingrédients :

- 2 gros oignons
- 1,8 kg de bœuf à braiser
- 150 g de margarine
- 300 g de lardons
- 4 tranches de pain rassis
- 5 cl de genièvre de Houlle
- 1 l de bière
- 3 carottes
- Bouquet garni
- Ail moulu
- Sel, poivre
- Cassonade brune
- Moutarde

PRÉPARATION :

Dans un faitout en fonte, faites dorer la viande coupée en gros dés (5 cm de côté) avec la margarine.

Retirez la viande, faites revenir les lardons et les oignons hachés, retirez.

Remettez la viande dans le faitout avec les oignons et les lardons.

Couvrez avec les tranches de pain largement tartinées de moutarde sur les 2 faces.

Versez l'alcool de genièvre et flambez.

Ajoutez la bière (la viande doit être recouverte).

Laissez réduire 15 minutes puis ajoutez le bouquet garni, l'ail, le sel et le poivre.

Épluchez et coupez en rondelles les carottes, ajoutez-les dans le faitout.

Laissez mijoter sur feu doux pendant 3 heures à 3 heures ½.

Au bout de 2 heures de cuisson, ajoutez 3 cuillères à soupe de cassonade brune.

Servez-le avec de bonnes frites croustillantes, de la salade croquante et bien sûr, une bière !

Ce plat peut se préparer la veille car il est encore meilleur réchauffé.



Spécialité

Hauts de France

Eau Saint-Amand

Saint-Amand est une eau minérale naturelle du Nord-Pas-de-Calais-Picardie. Pure et préservée, **l'eau Saint-Amand est vierge de tout nitrate.** C'est le long parcours au travers des roches qui lui confère ses qualités minérales exceptionnelles. On estime que ce parcours dure environ 5000 ans pendant lesquels l'eau traverse des couches successives de roches millénaires telles que la marne bleue, le calcaire, la craie et l'argile. L'eau Saint-Amand est une des rares sources en France pouvant revendiquer cette absence de nitrate.

L'histoire d'amour entre la cité amandinoise et l'eau ne date pas d'hier. Déjà, à l'époque romaine, la ville thermale était connue pour ses eaux sulfurées qui soignaient les infections rhumatismales et respiratoires.

En 1967, Fernand Chantraine découvre la source du Clos de l'Abbaye et commence son exploitation sous le nom d'Eau minérale Saint-Amand. Saint-Amand compte aujourd'hui 120 collaborateurs et produit près de 110 millions de bouteilles par an. Labellisée Saveurs en'Or, marque qui valorise les savoir-faire régionaux, **Saint-Amand est une eau minérale 100% nordiste.**



Du moulage des bouteilles à l'emballage, tout est réalisé sur le site historique de la marque à Saint-Amand-les-Eaux. Boire de la Saint-Amand, c'est donc favoriser le circuit-court.

Le saviez-vous ?

Saint-Amand est fière de s'associer régulièrement aux événements et entreprises régionales. Elle est par exemple partenaire du Trail des deux baies et a également rejoint récemment le semi-marathon de Lille comme partenaire officiel, réaffirmant ainsi son attachement à la région.





partage, tradition,
racines, identité,
fierté, passion,
amour, simplicité
naturel, **terroir**,
partenaire,
conviction, richesse, avenir ...



LA RECETTE

Ch'Tiramisu

La petite histoire...

Recette transmise par une
cliente dans mon salon de
coiffure.

Recette partagée par

Madame MONCEAU

Cliente du

SUPER U BRUAY-SUR-L'ESCAUT



6 pers



20 min

Ingrédients :

- 3 œufs
- 70 g de sucre
- 300 g de mascarpone
- 2 cuillères à soupe de chicorée liquide
- 200 g de spéculoos

PRÉPARATION :

Séparez les jaunes d'œufs des blancs.

Battez les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Ajoutez ensuite le mascarpone et la chicorée liquide et fouettez encore 2 minutes.

Montez les blancs en neige et incorporez-les à la préparation précédente.

Remplissez les verrines en alternant la crème et les spéculoos, en commençant par les biscuits et en finissant par la crème.

Les spéculoos n'ont pas besoin d'être humidifiés, ils le seront au contact de la crème.

Laissez reposer pendant 24 heures au réfrigérateur.

Décorez avec des brisures de spéculoos ou des copeaux de chocolat.



LA RECETTE

Bavaroise à la chicorée





Recette partagée par

Madame DEHER

Cliente du

SUPER U HOUPLINES



8 pers



20 min

Ingrédients :

Pour la bavaroise :

- 1 petite boîte de biscuits cuillères
- 100 g de sucre
- 3 cuillères à soupe de chicorée liquide
- 2 verres d'eau
- 25 cl de crème liquide
- 4 feuilles de gélatine
- 250 g de poires au sirop

Pour la crème anglaise :

- 50 cl de lait
- 4 jaunes d'œufs
- 100 g de sucre
- 2 cuillères à soupe de chicorée liquide

PRÉPARATION :

Pour la crème anglaise, faites bouillir le lait. Mélangez les œufs, le sucre et la chicorée liquide. Incorporez ce mélange dans le lait chaud et laissez épaissir en mélangeant régulièrement sans laisser bouillir la crème. Réservez.

Pour la bavaroise, mélangez dans une assiette creuse l'eau, la chicorée liquide et le sucre en poudre. Garnissez un moule à charlotte avec les biscuits trempés rapidement dans ce mélange.

Laissez ramollir les feuilles de gélatine dans l'eau froide et ajoutez-les à la crème anglaise tiède. Quand le tout est presque froid, ajoutez la crème fouettée à la crème anglaise et versez dans le moule sur les biscuits. Laissez reposer au frais une nuit. Démoulez puis servez avec un coulis réalisé en mixant les poires au sirop.



LA RECETTE

Poires rôties aux spéculeos





Recette partagée par

Monsieur GOMBERT

Client du

SUPER U HAZEBROUCK



6 pers



10 min



40 min

Ingrédients :

- 6 poires
- 1 petit citron non traité
- 100 g de sucre semoule
- 75 g de beurre
- 1 gousse de vanille
- 6 spéculoos

PRÉPARATION :

Allumez le four à 180°C (th.5).

Rincez le citron, coupez-le en demi-tranche. Mettez-les 10 minutes dans l'eau bouillante puis rincez-les et égouttez-les.

Pelez et épépinez les poires. Coupez-les en deux et posez-les l'une en face de l'autre dans un plat allant au four. Ajoutez les 6 tranches de citron. Parsemez le tout de sucre et de beurre en noisettes. Fendez la gousse de vanille en deux, grattez-la au-dessus du plat et tapissez les poires des petites graines noires.

Glissez le plat au four et laissez cuire pendant 20 minutes. Émiettez les spéculoos au-dessus des poires et glissez au four encore 10 minutes.

Servez ces poires chaudes, tièdes ou froides.





LA RECETTE

Tarte au sucre



Recette partagée par
Monsieur DENISSEL
Client du
SUPER U TERDEGHEM



6 pers



15 min



20 min

Ingrédients :

- 250 g de farine
- 150 g de beurre demi-sel
- 2 œufs
- 2 cuillères à soupe de cassonade
- 3 cuillères à soupe de crème fraîche

PRÉPARATION :

Dans un saladier, mettez le beurre, la farine et la cassonade. Pétrissez le mélange jusqu'à ce qu'il ressemble à de la chapelure fine. Ajoutez un œuf, mélangez à nouveau et formez une boule de pâte. Laissez-la reposer 1 heure au réfrigérateur.

Préchauffez votre four à 200°C (th.6). Sortez la pâte du réfrigérateur et pétrissez-la un peu sur un plan de travail légèrement fariné. Abaissez la pâte au rouleau pour qu'elle soit très fine. Disposez-la dans un moule à tarte. Il vous restera de la pâte, c'est normal. Badigeonnez d'un jaune d'œuf et parsemez de cassonade.

Enfournez 10 minutes et surveillez la tarte jusqu'à ce que le sucre commence à caraméliser et que la pâte soit assez dorée sur les côtés. Sortez-la du four et étalez la crème fraîche rapidement avec une cuillère. Elle sera très vite absorbée par le sucre chaud. Remettez au four une dizaine de minutes afin de faire glacer la crème.

Lorsque tout est bien caramélisé, sortez la tarte du four et servez-la sans attendre.





LA RECETTE

Chicorêve

La petite histoire...

J'ai moi-même inventé cette
recette lors d'un concours
organisé par LEROUX en 2006,
où l'on utilise de la chicorée,
produit typique du Nord.

Recette partagée par

Madame FOURNIER

Cliente du

SUPER U GRAND-FORT-PHILIPPE



4 pers



20 min



25 min

Ingrédients :

- 2 œufs
- 50 ml de lait entier
- 40 g de sucre en poudre
- 25 g de farine
- 1 noix de beurre
pour le moule
- 1 pincée de sel
- 2 cuillères à soupe
de chicorée liquide

PRÉPARATION :

Séparez les blancs des jaunes d'œufs.

Fouettez les jaunes avec le sucre.

Ajoutez le lait, la farine et la chicorée.

Montez les blancs en neige avec le sel, ils doivent être bien fermes.

Incorporez-les délicatement dans la préparation.

Versez dans un moule à manqué beurré et faites cuire 25 minutes.

Vous pouvez saupoudrer de sucre glace après l'avoir laissé refroidir.





LA RECETTE

**Cululutte de
Grand-Fort-
Philippe**

La petite histoire...

La Cululutte était autrefois le
gâteau du pauvre, préparé par
les femmes des pêcheurs.



Recette partagée par

Madame BLOCKLET

Cliente du

SUPER U GRAND-FORT-PHILIPPE



8 pers



25 min



2 h

Ingrédients :

- 1 kg de farine
- 250 g de beurre
- 6 œufs
- 2 carrés de levure
- 1 bol de lait
- 1 paquet de raisins secs
- 2 cuillères à soupe de sucre fin

PRÉPARATION :

Délayez la levure dans un peu de lait tiède.

Ajoutez le beurre, les œufs, la farine, le sucre puis les raisins secs.

Pétrissez le tout et laissez reposer 2 heures sur une serviette.

Faites bouillir de l'eau.

Enfermez la pâte dans la serviette et plongez celle-ci dans l'eau bouillante.

Laissez cuire pendant 2 heures.

Coupez le Cululutte en tranches.

Dégustez avec de la cassonade ou une sauce au rhum.

Pour la sauce au rhum :

Faites fondre 150 g de beurre.

Ajoutez 150 g de cassonade brune.

Mélangez à feu doux et ajoutez 20 cl de rhum.

Mélangez et versez la sauce chaude sur une tranche de Cululutte.



Découverte



Gaufres des Hauts de France

BISCUITERIE BOURDON



Partenaire

**Biscuiterie Bourdon
Patis'Nord**

ZA de la Fontaine Colette
62570 Helfaut

FOCUS PRODUIT

Gaufres liégeoises aux perles de sucre, gaufres fines à la vergeoise, gaufres pâtisseries saupoudrées de sucre glace : depuis plus de 55 ans, la biscuiterie Bourdon perpétue l'authenticité du savoir-faire artisanal. La gamme s'est récemment enrichie avec deux nouveaux produits : la gaufre sèche à la chicorée et la gaufre artisanale pur beurre. Retrouvez, en les dégustant, le goût des véritables gaufres du Nord !

L'HISTOIRE

C'est en 1962 à Blendecques (Pas-de-Calais), que Lucien Bourdon démarre l'activité familiale. Comme son grand-père et son père, il embrasse le métier de boulanger. C'est lors de son apprentissage chez un pâtissier audomarois qu'il apprend la fabrication des gaufres. Il fait ensuite l'acquisition d'un pétrin et d'une douzaine de gaufriers à la main.

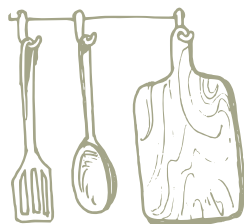
En 2001, trop à l'étroit dans ses murs, l'entreprise familiale emménage dans son nouvel atelier sur la zone artisanale d'Helfaut. Lucien Bourdon est désormais entouré de ses enfants et petits-enfants, désireux de perpétuer ce savoir-faire artisanal.

LE SAVOIR-FAIRE

L'entreprise emploie actuellement une trentaine de personnes avec, pour certaines d'entre elles, plus de trente années d'ancienneté.

La majorité du personnel est employée au conditionnement et s'organise en deux équipes. Les pâtisseries se relaient tout au long de la journée pour préparer les pâtes en continu. Les recettes sont traditionnelles, élaborées par Lucien Bourdon, à partir d'ingrédients de qualité.

Les gaufres Bourdon sont labellisées Saveurs en'Or, la biscuiterie privilégiant les fournisseurs de la région Hauts-de-France pour le choix des matières premières et des emballages.



partage

tradition

racines

identité

fierté

passion

amour

simplicité

naturel

terroir

partenaire

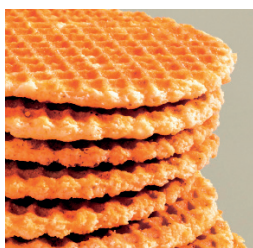
conviction

richesse

avenir



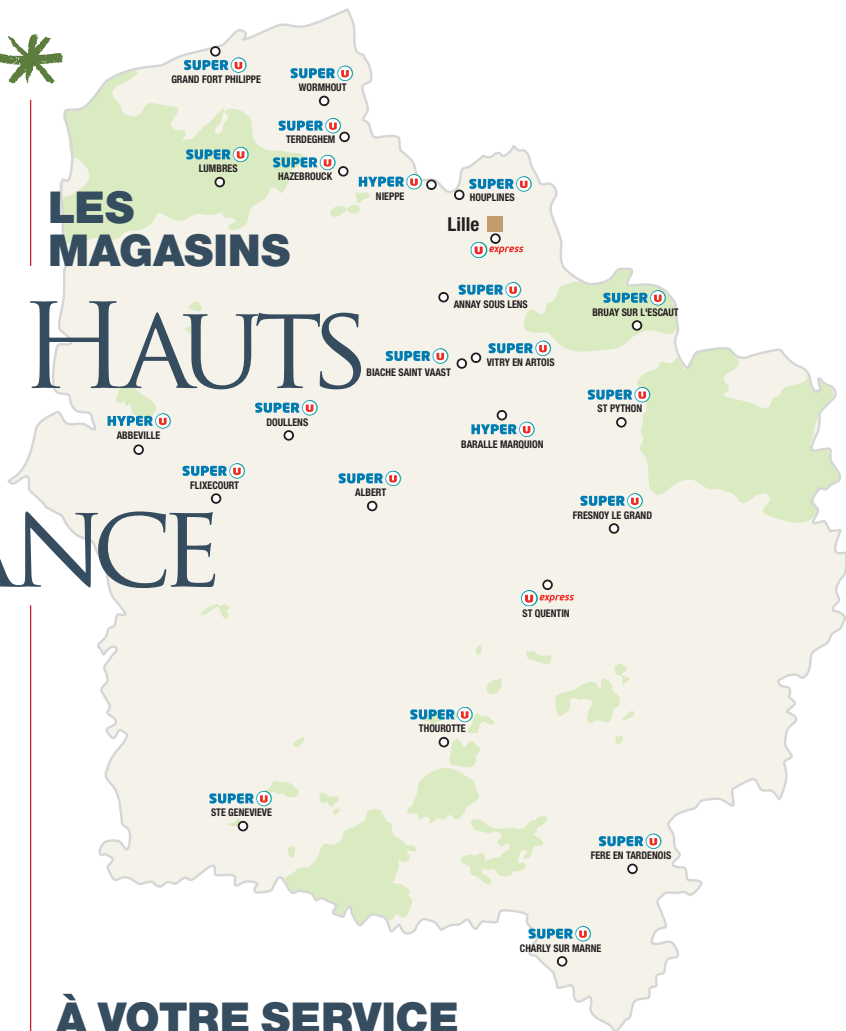
X découverte





LES MAGASINS

DES HAUTS DE FRANCE



À VOTRE SERVICE

HYPER U SUPER U U express

Préparations sur commande

Au rayon : poissonnerie, fruits et légumes,
boucherie, charcuterie, crèmerie...

Vos courses sur



Plus d'attente, préparation de vos courses,
livraison à domicile, commande sur www.coursesu.com
Application disponible sur android et iOS. coursesu.com

*voir la liste des magasins proposant le service sur coursesu.com



*Rebrouvez des produits fabriqués
par des entreprises des Hauts de France
dans vos magasins !*



*les nouveaux
commerçants*