



Livret de recettes

N°20

Produits d'automne

« Le Calaisis, on y prend goût ! »

- Tarte aux poires et au fromage de chèvre
- Bœuf Bourguignon d'automne
- Confiture de Potimarron



Réseau animé par le Syndicat Mixte du
Pays du Calaisis



www.lecalaisisonyprendgout.com

Création Office de Tourisme des Trois-Pays





Tarte aux poires et au fromage de chèvre

1. Ecraser le fromage de chèvre avec la crème fraîche
2. Ajouter 2 cuillères à soupe de jus de poire et une cuillère à café bombée au maïzena.
3. Verser le mélange sur la pâte feuilletée.
4. Couper les poires en lamelles et les disposer sur l'ensemble.
5. Saupoudrer de noix muscade.
6. Cuire 40 min à thermostat 7 (210°C)

Ingrédients :

- 1 pâte feuilletée
- 250 g de Capri'Natur de la fromagerie Debonne ou un fromage de ChèvreMarie
- 20 cl de crème fraîche
- Des poires du Verger de la Beussingue
- Poivre, Muscade
- 1 cuillère à café de maïzena





Bœuf bourguignon d'automne

1. Découper le bœuf en cubes. Couper la poitrine fumée en morceaux.
2. Eplucher l'oignon, le couper en morceaux.
3. Faire fondre le beurre, faire revenir l'oignon, la poitrine fumée et la viande.
4. Saupoudrer de farine et faire un roux brun. Mouiller avec le vin rouge (vous pouvez aussi flamber la viande avec le genièvre), bien mélanger, ajouter les grains de genièvre, le laurier, saler, poivrer et faire mijoter. Si la sauce est trop épaisse à votre goût, vous pouvez la rallonger avec du bouillon.
5. Laver les champignons, les couper en lanière. $\frac{1}{2}$ h avant la fin de la cuisson les ajouter dans la sauce.
6. Servir bien chaud avec une purée maison, des pommes vapeur ou encore des pâtes fraîches.

Ingrédients :

- 600 g de bœuf (*Ferme de la vallée de la Hem*)
- 150 g de poitrine fumée (*Cochon Licquois*)
- 60 g de beurre (*Ferme Maillard*)
- 1 oignon, 1 feuille de laurier (*Cueillette de Recques*)
- 2 cl à soupe de farine, champignons
- $\frac{1}{2}$ l de vin rouge, bouillon de bœuf, 6 baies de genièvre





Confiture de potimarron

1. Peler le potimarron et en ôter les graines ; couper des dés. Faire cuire dans l'eau à petits bouillons pendant une demi-heure. La chair doit se défaire.
2. Passer au moulin à légumes (grille fine) ou au mélangeur pour obtenir une belle purée homogène relativement liquide.
3. Ajouter le sucre, les fruits secs coupés en dés si besoin est, et la vanille.
4. Remettre le tout sur le feu et faire cuire une vingtaine de minutes en remuant souvent avec une cuillère de bois pour éviter l'oxydation. Le feu doit être doux pour éviter que votre confiture ne colle au fond. Mettre en pot avec un bâton de cannelle ; couvrir à chaud.

Ingédients :

- $\frac{1}{2}$ kg de potimarron de la cueillette de Recques pour 250 ml d'eau environ
- 500 à 750 g de sucre
- 1 bâton de cannelle par pot
- 1 cuillerée à soupe de vanille
- 300 g de fruits de chez Natur Pom ou Verger de la Beussingue(ce qui peut être des fruits frais comme des pommes ou des poires ou des fruits secs abricots, raisins ou pruneaux,

