

## DOSSIER DE PRESSE

# Les haricots secs des Hauts-de-France : des produits de terroir



élaboré en partenariat avec ENRx/CRRG



soutenu par  
**Région Hauts-de-France**

[www.qualimentaire.fr](http://www.qualimentaire.fr)

**Qualimentaire**  
Votre partenaire pour la qualité dans les Hauts-de-France

# SOMMAIRE

Présentation ..... 3

Carte avec zones de production ..... 4



**Le Lingot du Nord IGP-Label Rouge ..... 5-6**  
Chiffres clés, histoire, aire géographique, garanties

**Le Flageolet vert Label Rouge ..... 7-9**  
Chiffres clés, histoire, zone de production, garanties  
Etapes de production



**Le Flageolet blanc de Flandre ..... 10-11**  
Histoire, caractéristiques et culture, variété ancienne menacée

Culture en perches et perroquets ..... 12-13

**Le Haricot de Soissons IGP ..... 14-16**  
Chiffres clés, histoire, particularités, aire géographique, garanties  
Etapes de production



Préparation des haricots secs ..... 17

Recettes été ..... 18-22  
et hiver ..... 23-25

Les partenaires ..... 26

## PRÉSENTATION

La région Hauts-de-France est connue depuis fort longtemps pour ses productions de légumes secs avec en premier les haricots secs et le pois cassé (aujourd'hui un peu oublié) et dans une moindre mesure, la lentille sur le versant Sud.

Les haricots secs en Région, concernent principalement 3 départements : l'Aisne, le Nord et le Pas-de-Calais ; avec pour l'Aisne la particularité de produire des haricots secs à rames.

Les haricots secs présentent l'avantage pour les petites et moyennes exploitations de leur offrir un complément de revenu.

Ainsi, la culture des haricots secs en région a connu son apogée au 19<sup>ème</sup> siècle.

Elle est restée importante jusqu'à la seconde guerre mondiale. L'exemple du département du Nord est frappant car on recensait en 1909 plus de 4 000 hectares de haricots secs !

Après 1950, notre alimentation change, la protéine animale remplace petit à petit la protéine végétale. Ainsi, selon l'INRAE, la consommation de légumes secs est passée en France de 7,3 kg par personne et par an en 1920 à 1,4 kg en 1985. D'autre part, la concurrence est rude avec les légumes secs importés d'Amérique du Sud, d'Asie ou des pays de l'Est.

Dans ce contexte, les haricots secs subissent un lent déclin inexorable. Chaque région française a pris conscience du risque de disparition de ces haricots de terroir.

Durant les années 1990, les filières de ces territoires défendent leurs haricots notamment grâce à une labellisation officielle (IGP, Label Rouge). La région Hauts-de-France n'échappe pas à la règle avec ses 3 haricots secs labellisés : Lingot du Nord (IGP, Label Rouge), Flageolet vert (Label Rouge) et le Haricot de Soissons (IGP). Il ne faut pas oublier le petit dernier : le Flageolet blanc de Flandre, pour l'instant sans signe officiel de qualité mais qui est défendu ardemment par une association de producteurs dont la majorité sont en Agriculture Biologique.

La culture des légumes secs est bénéfique pour l'environnement et la biodiversité.

Ils sont riches en protéines et fibres. Ils sont plébiscités pour leurs vertus nutritionnelles et diététiques et se cuisinent facilement. Les légumes secs recèlent une multitude d'atouts qui répondent aux grands enjeux sociétaux d'aujourd'hui tels que la diversification et l'équilibre alimentaire, la végétalisation de nos assiettes, la présentation de l'environnement ou encore la souveraineté de notre modèle agro-alimentaire. Le Plan National Nutrition Santé élaboré par Santé Publique France recommande d'ailleurs d'en consommer 2 fois par semaine.

La région Hauts-de-France a pris conscience de ces enjeux et soutient les filières protéines végétales notamment dans le cadre de son Master Plan pour la Bioéconomie. Les filières haricots secs y trouvent une place particulière car elles véhiculent en plus l'image de la gastronomie régionale.

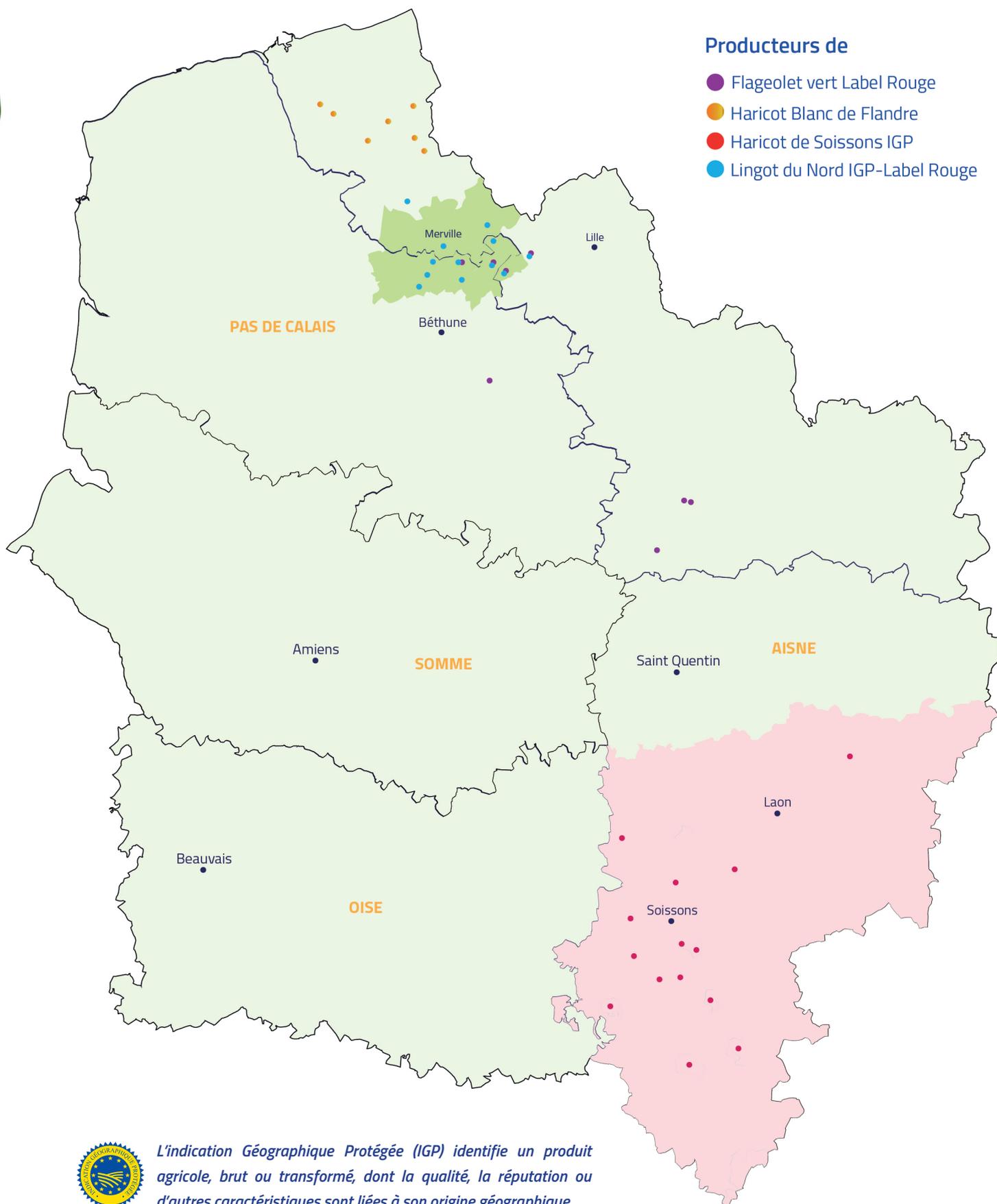
## Zones de production

### Aires géographiques

- Lingot du Nord IGP
- Haricot de Soissons IGP

### Producteurs de

- Flageolet vert Label Rouge
- Haricot Blanc de Flandre
- Haricot de Soissons IGP
- Lingot du Nord IGP-Label Rouge



L'indication Géographique Protégée (IGP) identifie un produit agricole, brut ou transformé, dont la qualité, la réputation ou d'autres caractéristiques sont liées à son origine géographique.

## LE LINGOT DU NORD



### CHIFFRES CLÉS



LA 15/98  
depuis 1998



depuis 2008

**16 exploitations**  
**75 tonnes commercialisées**  
**57 hectares**  
(source 2021)

**Organisation : producteurs + station tri/conditionnement**

### HISTOIRE



La culture de ce haricot est pratiquée depuis les années 1860 à Merville et ses environs : les haricots étaient arrachés à la main et placés sur des perches de 3 à 5 mètres de haut. Secs, ils étaient battus au fléau ou en bâton. Aujourd'hui, une poignée d'agriculteurs cultivent cette variété locale bien adaptée à la Plaine de la Lys. Comme autrefois, les lingots sont séchés sur les «perroquets\*», puis battus avec des batteuses à poste fixe.  
*(\* cf. p14, Culture en perroquets et perches)*

Dans les années 1990, la menace sur les haricots secs français est forte à cause de la concurrence des haricots importés. Face au développement sur le marché de la vente de lingots d'importation, des producteurs et conditionneurs se sont regroupés pour former une association Loi 1901, l'Association Lingot du Nord.

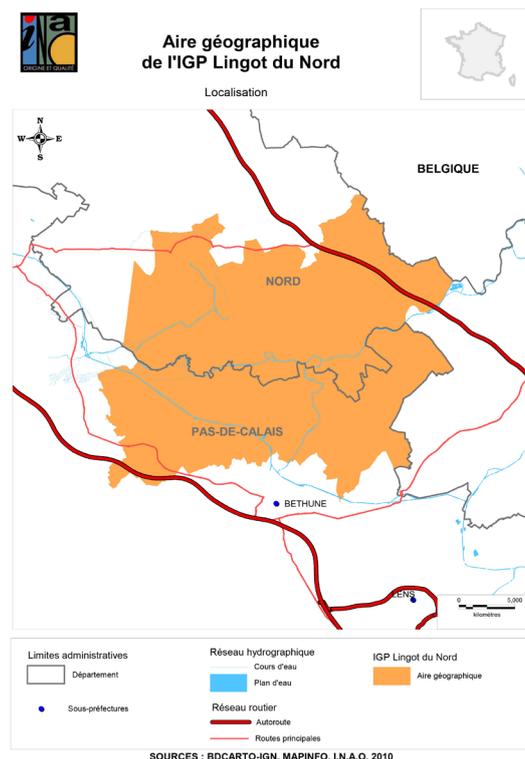
Grâce à l'initiative d'un conditionneur de légumes secs à Merville (Gabriel ASSEMAN) appuyé en cela par le Centre Régional de Ressources Génétiques (CRRG) et Qualimentaire, le Lingot du Nord est à la fois **IGP** et **Label Rouge**. Il confirme ainsi auprès du consommateur son goût différent et l'assurance d'une origine régionale. Le Lingot du Nord ne peut être produit, à l'heure actuelle, que sur 50 communes du Nord et du Pas-de-Calais. La production actuelle couvre 50 hectares.

## AIRE GÉOGRAPHIQUE

La production de l'IGP Lingot du Nord se fait dans la vallée de la Lys, autour de Merville, à cheval sur les départements du Nord et du Pas-de-Calais.

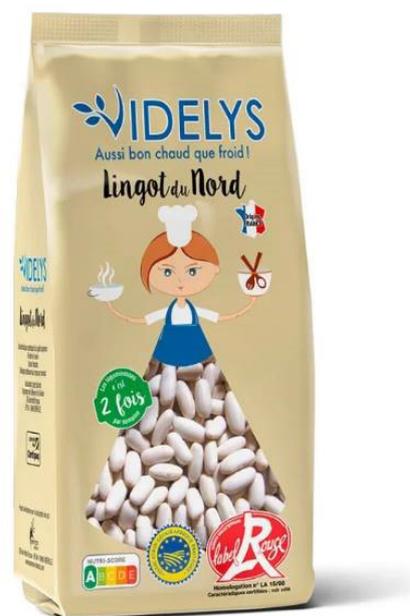
### Spécificités

Cette aire présente des terres argileuses, l'argile joue un rôle de réserve hydrique au cœur de l'été. Le climat de cette région, clément et peu pluvieux en automne, assure une récolte et un séchage sous les meilleurs hospices.



## GARANTIES

- Cultivé à partir d'une semence spécifique et produit dans le respect des bonnes pratiques de culture
- Séché à l'air libre au champ, sur perroquet, afin de préserver la finesse de la peau et sa texture fondante
- Triage qui permet de garantir un calibre plus homogène, avec moins de défauts
- Seule la récolte de l'année est commercialisée afin de préserver ses qualités (peau fine et texture fondante).
- Traçabilité du champ à l'assiette grâce à un numéro de lot
- Contrôles réalisés par un organisme de contrôle indépendant
- Produit dans une aire géographique délimitée



Contact : André CHARLES, Président de  
l'Association Lingot du Nord et producteur  
[andre.charles@orange.fr](mailto:andre.charles@orange.fr)

# LE FLAGEOLET VERT LABEL ROUGE

## CHIFFRES CLÉS



LA 19/06  
depuis 2006

**16 exploitations**  
**22 tonnes commercialisées**  
**31 hectares**  
(source 2021)



## HISTOIRE



La culture de ce haricot nain sec, appelé en Plaine de la Lys «chevrier vert », a démarré au début des années 1950. Comme pour son ancêtre le Lingot du Nord, les terres argileuses de la Plaine de la Lys étaient bien adaptées à ce flageolet au grain à bout carré. Sa culture a connu une expansion dans les années 1960-1970.

Le flageolet vert est une variété de haricot blanc dont on consomme les grains récoltés avant complète maturité et qui gardent une couleur verte.

Le séchage est réalisé à l'air libre, éventuellement sur la parcelle de culture ou en perroquet. Ce séchage peut être complété si besoin par un séchage ventilé en gousse.



La filière a évolué grâce à la génétique, ce qui a permis d'homogénéiser la maturité et de se soustraire à la contrainte de la protection des perroquets.

Face au développement sur le marché de la vente de flageolets d'importation, des producteurs et conditionneurs se sont regroupés pour former une association Loi 1901, l'Association Lingot du Nord, qui détient également le Lingot du Nord. Suite à l'obtention du Label Rouge et IGP sur le Lingot du Nord, les producteurs se sont mobilisés pour valoriser le Flageolet vert en Label Rouge.

## ZONE DE PRODUCTION

Sa zone de production historique dans la vallée de la Lys est conservée, mais s'est étendue à l'Ouest vers Lumbres et à l'Est vers Cambrai.

A l'inverse du Lingot du Nord, il n'est pas protégé par une IGP et peut donc être produit partout en France.

## GARANTIES

- Cultivé à partir d'une semence spécifique, adaptée aux conditions climatiques, le flageolet vert est produit dans le respect des bonnes pratiques de culture : il est séché à l'air libre ou ventilé pour conserver une peau tendre et une texture fondante
- Son triage permet de garantir un calibre plus homogène, avec moins de défauts
- Seule la récolte de l'année est commercialisée afin de préserver ses qualités organoleptiques
- Traçabilité du champ à l'assiette
- Contrôles par un organisme certificateur indépendant



**Contact : André CHARLES, Président de  
l'Association Lingot du Nord et producteur  
[andre.charles@orange.fr](mailto:andre.charles@orange.fr)**

# ÉTAPES DE PRODUCTION LINGOT DU NORD ET FLAGEOLET VERT



Culture



Fauchage



Mise en remorque



Mise en perroquet



Battage



Triage



Conditionnement

# LE FLAGEOLET BLANC DE FLANDRE

## HISTOIRE



Comme pour le Lingot du Nord, son histoire remonte au moins jusqu'à la moitié du XIX<sup>ème</sup> siècle. Sa zone de production se situe en Flandre intérieure entre Cassel et Bergues. Il est principalement cultivé autour de Zegerscappel, Wormhout et Winnezele.

Sa consommation était principalement locale mais a connu son heure de gloire lorsqu'il fut transformé et largement diffusé par Bonduelle et Timo. Ce dernier basé à Zegerscappel l'avait intégré dans son fameux cassoulet.

A la différence du Lingot du Nord, il n'était pas séché sur perroquet mais sur perche.

(\* cf. p14, Culture en perroquets et perches)

## CARACTÉRISTIQUES ET CULTURE

Son grain se reconnaît facilement : il est blanc, de petite taille en forme de rognon avec une peau très fine le rendant plus digeste. Sa culture est comparable aux autres haricots secs de la région. Il est semé la deuxième quinzaine de mai pour être arraché entre le 15 août et le 15 septembre. Rustique et bien adapté à la Flandre intérieure, il demande peu de soin en culture mais nécessite beaucoup de main d'œuvre lors de la récolte : arrachage des haricots à la main, séchage au champ puis sous hangar, battage à poste fixe et triage manuel afin d'enlever les grains tachés qui est l'étape la plus longue et la plus minutieuse.



Fête du Flageolet blanc de Flandre  
Tous les 2 ans, début octobre, année paire

## VARIÉTÉ ANCIENNE MENACÉE



Contrairement aux autres haricots de la région, le Flageolet blanc de Flandre n'est pas valorisé et protégé grâce à un Label Rouge ou une Indication Géographique Protégée. Les agriculteurs se détournent de cette culture peu mécanisée et gourmande en main d'œuvre. De même, pour les consommateurs il est difficile de le trouver tant il se fait discret, puisqu'il est souvent vendu sous l'appellation «haricot blanc».

Le Flageolet blanc de Flandre est un trésor local qui est le fruit d'une variété originale, d'un terroir affirmé et surtout du savoir-faire et du courage des paysans flamands. Le consommer, c'est préserver ce patrimoine gourmand et favoriser une agriculture paysanne ancrée dans son terroir.



Contact : Denis TOP, Président de  
l'Association des producteurs  
de Flageolet blanc de Flandre  
06 30 56 35 37

## CULTURE EN PERCHES ET PERROQUETS

Le séchage des haricots grains, en août-septembre, participe à l'identité forte des paysages de notre région, quelle que soit la variété. Perches et perroquets fleurissent à cette époque à travers champs, dans la plaine de la Lys et en Flandre intérieure.

A l'origine, ces systèmes de séchage étaient employés en zone de montagne pour finir le séchage du foin. On suppose qu'il en était de même dans nos contrées au climat parfois humide. Les premiers textes du XIX<sup>ème</sup> siècle, sur la culture de Lingot et de Flageolet Blanc de Flandre, indiquent déjà le séchage en perches.



Leur mise en place nécessite de creuser un trou, à l'aide d'une tarière, d'environ 50 centimètres de profondeur. Dans ce trou, on plante la perche que l'on consolide avec de la terre autour et 2 petits bâtons croisés. Un hectare de haricots nécessite environ 100 perches.

L'apparition des perroquets est postérieure aux perches et difficile à dater avec précision (*a priori après la seconde guerre mondiale*). Ils sont munis de plusieurs bras disposés radialement, comme une tente indienne. L'intérieur de la structure est creux pour créer une circulation d'air. A environ 50 centimètres du sol, une corde est liée tout autour afin de poser la première rangée de haricots. Cette structure présente plusieurs avantages.



Tout d'abord, il ne faut pas l'amarrer dans le sol, elle est simplement posée. D'autre part, elle supporte une plus grosse charge de haricots (30 à 35 perroquets par hectare). A l'exception de la Flandre intérieure, la technique des perroquets a supplanté les perches. Quel que soit le support, ils sont d'une grande utilité, notamment quand l'arrière saison est humide.

On peut dire qu'une fois en perroquets, les haricots sont sauvés, notamment du risque de grains tachés. Ce séchage, grâce à une parfaite aération, permet de préserver la qualité des grains, notamment de lui conserver une certaine «tendreté» évitant de durcir les téguments.

Fête du Haricot de Soissons  
3<sup>ème</sup> week-end de septembre

## LE HARICOT DE SOISSONS

### CHIFFRES CLÉS



depuis 2023

20 producteurs

18 tonnes commercialisées

11 hectares

(source 2022)



Organisation : producteurs indépendants + producteurs avec coopérative

### HISTOIRE



A la fin du XIX<sup>ème</sup> siècle, un guetteur nommé «Le Paon» ne quittait pas le haut de la tour de la cathédrale, d'où il surveillait la ville et les incendies. Fatigué de l'aridité de sa plate-forme de pierre, il décida de l'égayer en semant des haricots dans des caisses disposées le long des garde-fous.

Présent dans le département de l'Aisne depuis plus de deux siècles, le Haricot de Soissons a connu un développement de sa zone de culture s'étendant du cœur de la vallée de l'Ailette au XX<sup>ème</sup> siècle, la production de haricots est aujourd'hui plus largement étendue de cette vallée jusqu'au sud de l'Aisne.

Le Haricot de Soissons y trouve des conditions de terrain et de climat très favorables. Grâce à la présence de producteurs et de négociants autour de Soissons, sa réputation s'est développée bien au-delà de son territoire. Produit authentique du Soissonnais, il a failli disparaître à la fin des années 1990, notamment à cause d'une trop faible valorisation du produit, mais aussi et surtout de la vente de haricots d'importation utilisant la dénomination «Soissons».



La culture sur filets à rames

## PARTICULARITÉS

- C'est un haricot d'Espagne à grain blanc grimant (*Phaseolus Coccineus*)
- Son grain est imposant, c'est le plus gros haricot sec français
- Une culture traditionnelle :
  - Un semis début mai
  - Une culture sur échalas ou filets à rames
  - Une coupe des pieds avant le 15 octobre et un séchage des plantes au champ
  - Une récolte manuelle des gousses à parfaite maturité (couleur marron dominante)



Gousse à maturité



## AIRE GÉOGRAPHIQUE

L'aire géographique de l'IGP Haricot de Soissons correspond principalement aux arrondissements de Laon, Soissons et Château-Thierry.

## GARANTIES

- Haricot à gros grain blanc
- Tuteurage
- Zone géographique
- Traçabilité du champ à l'assiette
- Contrôles par un organisme certificateur indépendant

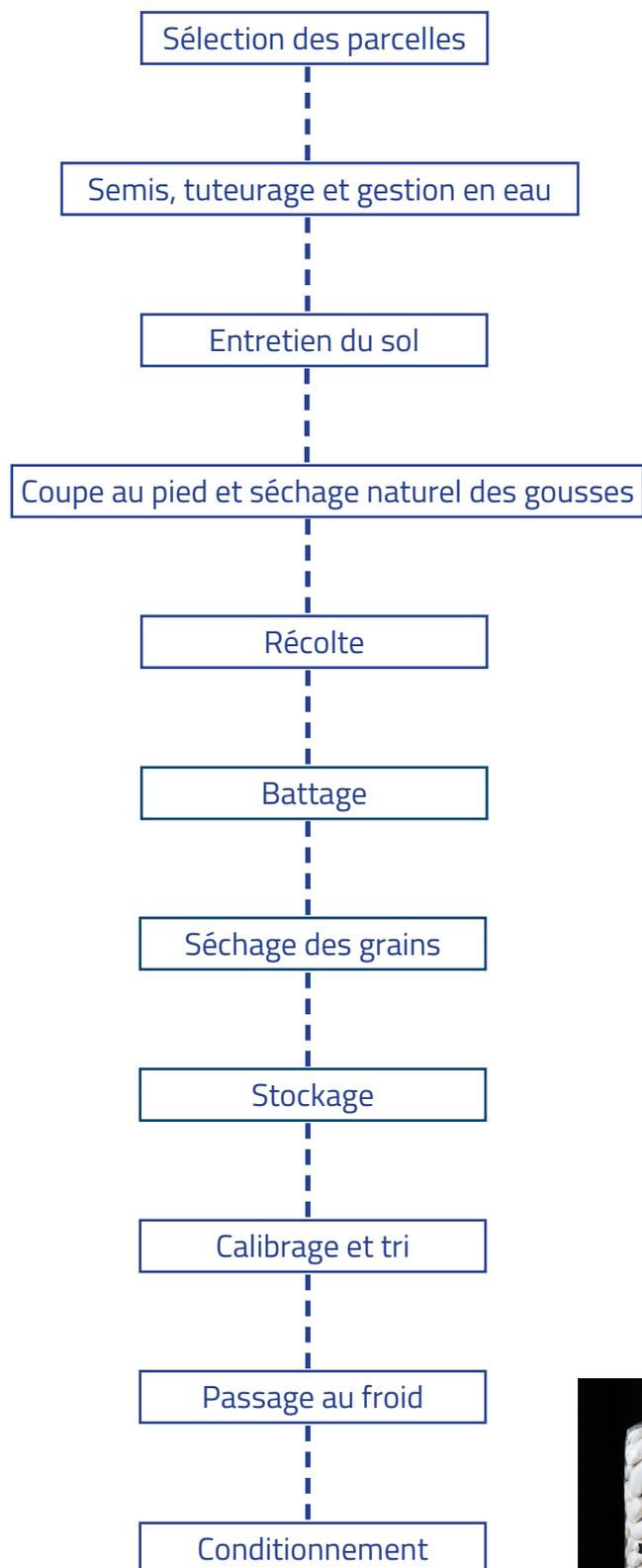
## CONFRÉRIE DU HARICOT DE SOISSONS

La Confrérie Gastronomique des Compagnons du Haricot de Soissons existe depuis 1997. Elle effectue la promotion de son produit de terroir à travers et au-delà de l'hexagone. Elle sillonne la France et la Belgique depuis 20 ans à raison de 35 sorties environ par an et se réunit une fois par mois.



**Contact : Didier CASSEMICHE, Président  
des producteurs du Haricot de Soissons  
s.rolinmaarouf@gmail.com**

## ÉTAPES DE PRODUCTION



Localisation dans l'aire géographique



## PRÉPARATION DES HARICOTS SECS

Riches en protéines et en fibres, sources de vitamines et minéraux, les légumes secs sont pleins de vertus nutritionnelles et diététiques et se cuisinent facilement.

### Lingot du Nord IGP-Label Rouge et Flageolet vert Label Rouge

Le Lingot du Nord et le Flageolet vert nécessitent un **trempage de 30 minutes**. Après cuisson, la peau fine est imperceptible. Au goût, ils révèlent des notes typiques de châtaigne. Ils présentent moins de peaux détachées et se différencient par un goût plus intense et un goût de châtaigne plus prononcé. Leur texture est fondante et leur peau peu perspective en bouche.

### Flageolet Blanc de Flandres

Laisser tremper les flageolets un **quart d'heure** dans de l'eau froide afin d'en faciliter la cuisson. Les faire chauffer dans l'eau froide jusqu'au premier bouillon. Vider l'eau puis les replonger dans l'eau bouillante (avec thym, laurier, ail, sarriette,...) et laisser cuire une petite heure à la casserole ou 20 minutes en autocuiseur. Après cuisson, sa peau fine est imperceptible, le rendant plus digeste.

### Haricot de Soissons IGP

Le Haricot de Soissons nécessite un **trempage de 12 heures** dans une grande quantité d'eau. Laisser cuire à couvert à feu doux pendant 1 heure et demi après ébullition. Saler en fin de cuisson.

Il possède une très bonne tenue à la cuisson, sa texture est tendre et fondante, sa peau est fine et imperceptible en bouche.

## RECETTES ÉTÉ

### **Terrine de Lingot du Nord aux crevettes** ([www.goutezlaqualite.com](http://www.goutezlaqualite.com))

Pour 4 personnes

*500 g de Lingot du Nord IGP-Label Rouge, 500 g de crevettes Label Rouge décortiquées  
25 g de moutarde à l'ancienne, 12 cl de crème liquide à 18 %, 1/2 bouquet de persil, sel, poivre*

Dans une grande casserole, mouiller les Lingots du Nord, préalablement trempés une nuit, avec le double de leur volume d'eau. Ajouter la garniture aromatique, faire bouillir 10 minutes. Couvrir et laisser mijoter 45 minutes. Les Lingots doivent être cuits mais fermes. Retirer du feu et les égoutter. Ajouter les crevettes décortiquées et incorporer la crème, la moutarde et le persil haché, puis mélanger le tout aux Lingots du Nord. Disposer dans un plat, couvrir d'une feuille de papier sulfurisé et faire cuire au four 30 minutes à 180°C. Servir chaud ou froid avec de la salade.

### **Salade de Lingot du Nord aux pommes** (association Lingot du Nord)

Pour 4 personnes

*500 g de Lingot du Nord IGP-Label Rouge, 1 pomme coupée en dès, 1 échalote hachée, 1 bouquet garni persil, vinaigrette, 1/2 verre à liqueur de Calvados*

Démarrer la cuisson dans l'eau froide. Après ébullition, laisser cuire 10 minutes. Égoutter, puis remettre dans un faitout avec 2 litres d'eau froide non salée (saler en fin de cuisson) et le bouquet garni.

Dès ébullition, faire mijoter 1 heure (30 minutes en autocuiseur) et refroidir.

Ajouter la pomme, l'échalote, le persil, la vinaigrette et le Calvados. Mélanger le tout avant de servir.

## **Flageolets verts aux câpres** (ENRx/CRRG)

Pour 4 personnes

*200 g de Flageolet vert Label Rouge, 2 échalotes ciselées, 1 carotte coupée en morceaux  
2 feuilles de sauge, 1 gousse d'ail fumé d'Arleux IGP émincée, 3 cuillères à soupe d'huile d'olive  
1/4 de tasse de petites câpres rincées à l'eau, sel, poivre*

Aux flageolets, ajouter les échalotes, la carotte, la sauge et l'ail et mettre à cuire avec suffisamment d'eau pour tout juste couvrir. Porter à ébullition et laisser cuire à feu doux pendant 40 à 50 minutes. Vérifier la cuisson en cours. Lorsque les flageolets sont cuits, retirer les feuilles de sauge et égoutter. Les mettre dans un plat. Ajouter l'huile d'olive, mélanger, garnir de câpres. Ajouter le sel et poivre en fin de cuisson.

## **Salade de flageolets verts au thon** ([www.goutezlaqualite.com](http://www.goutezlaqualite.com))

Pour 6 personnes

*300 g de Flageolet vert Label Rouge, 2 feuilles de laurier, 1 bouquet de thym  
500 g de thon à l'huile, 1 oignon rouge, 1 poignée de mâche, 1 petit bouquet de basilic  
1 cuillère à café de baies roses, 3 cuillères à soupe d'olive, vinaigre, sel, poivre*

Mettre les flageolets verts à tremper dans un grand saladier d'eau froide pendant 12 heures. Les égoutter et les rincer. Les placer dans un faitout avec le laurier et le thym. Verser 2 litres d'eau, couvrir et porter à ébullition. Laisser cuire à frémissement pendant 40 minutes. Assaisonner 10 minutes avant la fin de la cuisson.

Peler et couper l'oignon en deux, puis l'émincer finement. Vous pouvez désolidariser les rouelles si vous le souhaitez. Égoutter les flageolets verts et les rincer à l'eau froide. Les placer dans un saladier avec l'oignon. Ajouter le thon émietté grossièrement, avec son huile, puis le reste d'huile et le vinaigre. Écraser les baies roses au mortier. Agrémenter de salade de mâche et de feuilles de basilic avant de déguster.

## RECETTES ÉTÉ

### **Cornet à la betterave et glace au Haricot de Soissons** ([www.haricotdesoissons.com/recette/](http://www.haricotdesoissons.com/recette/))

Pour 4 personnes

*Glace Haricot de Soissons : 500 g de purée Haricot de Soissons IGP, 100 g de sucre, 25 g de glucose  
125 g d'eau, 5 g de stabilisateur*

*Cornet à la betterave rouge : 125 g de jus de betterave, 60 g de beurre, 125 g de sucre, 1 œuf  
125 g de farine*

Réaliser une purée de Haricot de Soissons avec du lait, chauffer l'eau et y ajouter le sucre, le glucose et le stabilisateur. Quand c'est homogène, le mélanger avec la purée de haricot puis le mettre dans une sorbetière, laisser tourner et réserver au congélateur 30 minutes avant de servir.

Centrifuger la betterave rouge crue, passer le jus au chinois pour enlever le reste de dépôt. Faire tiédir le jus de betterave avec le beurre, mélanger le sucre et l'œuf avec un fouet, puis mélanger le tout. Pour finir, ajouter la farine en fouettant jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Puis mettre la pâte dans un gaufrier et rouler en cône.

*Chef Esteban Martin*

### **Le trou Picard revisité** ([www.haricotdesoissons.com/recette/](http://www.haricotdesoissons.com/recette/))

Pour 4 personnes

*Glace : 500 g de purée de Haricot de Soissons IGP, 100 g de sucre, 25 g de glucose, 125 g d'eau  
5 g de stabilisant*

*Alcool : 25 cl de jus de betterave, 25 cl de vodka, le jus d'un citron vert*

*Décoration : Zeste d'un citron vert*

Réaliser une purée de Haricot de Soissons IGP avec du lait et assembler tous les ingrédients de la glace dans la sorbetière. Laisser tourner et réserver au congélateur 30 minutes avant de servir.

Centrifuger les betteraves crues (ou acheter déjà en bouteille) ajouter la vodka et le citron et réserver au frais.

Disposer une boule de glace au fond du contenant, râper un peu de citron vert sur le dessus et verser la vodka marinée sur celle-ci.

*Recette élaborée par le Château de Courcelles*

## **Hariconnaise** (A PRO BIO) **Mayonnaise sans œufs**

Pour 5 personnes

*250 g de Flageolet blanc de Flandre, 75 ml d'huiles mélangées (colza, olive, tournesol), 12,5 ml de vinaigre de cidre, 25 g d'échalotes émincées, 25 g de moutarde, sel, poivre, herbes fraîches*

Mixer l'ensemble des ingrédients avec un pied mixeur ou un blender.

## **Salade de Flageolet blanc de Flandre** (ENRx/CRRG)

Pour 5 personnes

*400 g de Flageolet blanc de Flandre*

*250 g de tomates cerises, 1/2 oignon rouge, 3 cuillères à soupe de menthe fraîche ou de persil*

*1 cuillère à soupe d'huile d'olive, 2 cuillères à soupe de jus de citron, sel, poivre*

Cuire les Flageolets blanc de Flandre selon la méthode ci-dessus et laisser refroidir. Peler et trancher finement l'oignon. Le rincer, le sécher, puis le déposer dans un bol et le recouvrir d'une cuillère à soupe de jus de citron. Réserver. Couper en deux les tomates cerises, mélanger tous les ingrédients avec l'huile et le reste du citron. Saler, poivrer, décorer avec la menthe ou le persil.

Selon les saisons, remplacer les tomates par des carottes, des betteraves râpées ou des concombres.

Servir avec du thon ou des œufs durs.

## RECETTES HIVER

### Endives et purée de Lingot du Nord au chèvre frais ([www.goutezlaqualite.com](http://www.goutezlaqualite.com))

Pour 6 personnes

*800 g de Lingot du Nord IGP-Label Rouge, 9 endives de pleine terre Label Rouge  
2 gousses d'ail fumé d'Arleux IGP, 200 g de fromage de chèvre frais, 25 g de beurre  
8 feuilles de sauge, 2 branches de persil plat, sel, poivre*

Faire braiser les endives de pleine terre Label Rouge dans une grande sauteuse avec 15 grammes de beurre fondu et assaisonner. Les rouler souvent. Une fois bien dorées, baisser le feu, ajouter un fond d'eau et couvrir pour laisser étuver 10 à 15 minutes.

Pendant ce temps, peler et écraser l'ail fumé d'Arleux IGP au presse-ail. Le faire revenir dans une sauteuse avec le reste de beurre et la sauge. Lorsque le tout est bien grillé, ajouter les haricots (préalablement trempés pendant 12 heures) et mélanger. Poivrer et mixer le tout.

Servir les endives braisées sur un lit de purée de haricots. Émietter le fromage de chèvre par-dessus.

### Tajine de poulet au Lingot du Nord et Pompadour ([www.goutezlaqualite.com](http://www.goutezlaqualite.com))

Pour 2 personnes

*150 g de Lingot du Nord IGP-Label Rouge, 2 cuisses de poulet Label Rouge  
4 pommes de terre Pompadour Label Rouge, 1 oignon, 1 boîte de tomates concassées  
1 cuillère à soupe de concentré de tomates, 1 cuillère à café de cumin en poudre, 2-3 brins de coriandre  
2 cuillères à soupe d'huile d'olive, sel, poivre*

Tremper les Lingots du Nord dans l'eau froide pendant 30 minutes. Peler et émincer l'oignon.

Chauffer l'huile d'olive dans un tajine (ou à défaut dans une cocotte en fonte) puis faire dorer les cuisses de poulet sur chaque face. Réserver.

Ajouter l'oignon et le faire revenir quelques minutes. Ajouter les Lingots du Nord, les tomates concassées et le concentré de tomates. Couvrir d'eau et laisser mijoter 30 minutes.

Peler et couper les pommes de terre en deux. Les ajouter aux cuisses de poulet dans le tajine ainsi que la coriandre, le cumin, le sel et poivre.

Continuer la cuisson environ 1 heure. Si besoin, ajouter un peu d'eau.

## **Mijoté de bœuf, flageolets verts, pommes de terre et carottes** (Comité de Promotion)

Pour 4 personnes

*250 g de Flageolet vert Label Rouge, 800 g de bœuf à braiser*

*6 petites pommes de terre Pompadour Label Rouge, 2 oignons, 2 carottes*

*70 cl de bouillon de bœuf, 1 petite boîte de concentré de tomates*

*1 bouquet garni, huile d'olive, sel, poivre*

Tremper les flageolets dans cinq fois leur volume d'eau pendant 30 minutes, minimum. Les rincer et les égoutter.

Dans une cocotte, faire chauffer un filet d'huile d'olive puis revenir les oignons émincés quelques minutes. Ajouter ensuite la viande coupée en morceaux puis la saisir sur toutes ses faces sur feu vif. Pendant ce temps, peler les carottes et les couper en rondelles. Les ajouter dans la cocotte ainsi que les flageolets, le bouquet garni, mélanger puis couvrir le tout de bouillon. Laisser mijoter 1 heure à couvert en mélangeant de temps en temps.

Ce temps passé, ajouter les pommes de terre préalablement pelées et coupées en quatre quartiers. Ajouter également le concentré de tomates, le sel et le poivre, puis poursuivre la cuisson 1 heure, toujours à couvert, et en mélangeant de temps en temps.

Rectifier l'assaisonnement si nécessaire puis servir bien chaud.

## **Soupe de flageolets verts à l'ail fumé d'Arleux** ([www.goutezlaqualite.com](http://www.goutezlaqualite.com))

Pour 6 personnes

*300 g de Flageolet vert Label Rouge, 6 gousses d'Ail fumé d'Arleux*

*2 carottes, 1 branche de céleri, 10 g de beurre, 2 branches de persil plat*

*1 bouquet de thym et laurier, sel, poivre*

Mettre les flageolets verts à tremper dans un grand saladier d'eau froide pendant 12 heures. Les égoutter et les rincer. Peler et couper l'ail en deux, hacher finement le céleri. Peler et couper les carottes en rondelles. Faire revenir l'ail et le céleri dans un faitout avec le beurre pendant 2 minutes. Ajouter les flageolets verts, le thym et le laurier. Verser 2 litres d'eau, couvrir et porter à ébullition. Puis, laisser cuire à frémissement pendant 40 à 45 minutes. Assaisonner 10 minutes avant la cuisson. En parallèle, plonger les carottes dans une casserole d'eau bouillante salée pendant 15 minutes. Les égoutter.

Une fois les flageolets verts bien tendres, les sortir avec un écumoire et les placer dans le bol d'un robot avec le céleri et l'ail, en écartant le thym et le laurier. Mixer en ajoutant un peu d'eau de cuisson si besoin. Rectifier l'assaisonnement.

Ajouter les carottes dans la soupe mixée. Parsemer de persil effeuillé et les servir bien chaud.

## RECETTES HIVER

### **Cannelloni de Jambon cru farci au Haricot de Soissons** ([www.haricotdesoissons.com/recette/](http://www.haricotdesoissons.com/recette/))

Pour 4 personnes

*4 tranches de jambon cru*

*200 g de purée de Haricot de Soissons IGP*

*10 g d'huile d'ail, Tranche de pain de campagne, 200 g de persil, 60 g de crème liquide, feuilles de salade*

Rouler les fines tranches de jambon cru sur un tube et laisser sécher dans le four à 90°C. Réaliser une purée de haricots, la monter avec l'huile d'ail et mettre en poche à douille pour farcir le tube de jambon. Confectionner une purée de persil en cuisant fortement le persil dans une eau salée et mixer le tout avec un peu de crème.

Toaster la tranche de pain préalablement taillé en rectangle et disposer le tube sur celui-ci. Décorer le tube avec quelques haricots cuits et de la purée de persil.

*Recette élaborée par le Château de Courcelles*

### **Charlotte de Haricot de Soissons et côte de Porc** ([www.haricotdesoissons.com/recette/](http://www.haricotdesoissons.com/recette/))

Pour 4 personnes

*150 g de Haricot de Soissons IGP, 2 endives, 150 g d'andouille*

*5 cl de vinaigre de vin, 1 cuillère de moutarde aux fruits rouges, 15 cl d'huile d'arachide, sel, poivre, sucre*

La veille, mettre à tremper les haricots. Puis les faire cuire dans une casserole d'eau pendant 2 heures et les réserver au frais.

Préparer la vinaigrette : mettre le vinaigre dans un récipient, ajouter la moutarde, monter à l'huile, assaisonner et réserver au frais.

Émincer finement les endives, les mettre dans un récipient, ajouter les haricots, les assaisonner avec la vinaigrette puis une pincée de sel, poivre et sucre.

Couper des rondelles d'andouille, les présenter avec la chiffonnade d'endive et une saucière de vinaigrette aux fruits rouges selon votre inspiration.

*Recette de l'Hôtel Restaurant Belle Vue à Coucy-le-Château (Aisne)*

*Table Régionale de Picardie*

## **Soupe de Flageolets blanc de Flandre et potiron** (ENRx/CRRG)

Pour 6 personnes

*200 g de Flageolet blanc de Flandre*

*500 g de potiron*

*1 l d'eau, 1 oignon, 1 clou de girofle, 2 gousses d'ail*

*20 cl de crème fraîche épaisse, 1 noix de beurre, 1 bouquet garni, sel, poivre*

Dans une cocotte, faire cuire pendant 1 heure les haricots dans l'eau avec l'ail, l'oignon, le clou de girofle et le bouquet garni. Assaisonner et ajouter le potiron coupé en cubes. Continuer la cuisson pendant 30 minutes. Retirer le bouquet garni et le clou de girofle, et mixer le tout. Ajouter la crème fraîche et le beurre. Vous pouvez réserver quelques haricots entiers cuits pour les rajouter à la fin (présentation).

Selon les goûts, on peut rajouter à la recette, 1 carotte et 1 cuillère à soupe de concentré de tomate.

## **Lapin aux Flageolets blanc de Flandre** (ENRx/CRRG)

Pour 6 personnes

*500 g de Flageolet blanc de Flandre, 1 lapin, 150 g de lardons de poitrine fumée*

*50 g de farine, 3-4 litres de bouillon, 2 cuillères à soupe de concentré de tomate*

*5 cl d'huile, 1 gros oignon, 2 feuilles de laurier, 1 clou de girofle, 1 branche de thym, 1 branche de persil*

*1 cuillère à soupe de persil haché, sel, poivre*

Mettre les Flageolets blanc de Flandre dans une casserole, porter à ébullition puis les rafraîchir. Dorer les morceaux de lapin à l'huile très chaude, ajouter l'oignon émincé et les lardons, cuire 5 minutes puis ajouter le concentré de tomate. Remuer, saupoudrer de farine, cuire 1 minute puis ajouter le bouillon, l'assaisonnement, la garniture aromatique et les haricots. Couvrir et cuire à petit feu. Surveiller la cuisson du lapin. Si besoin, retirer les morceaux le temps de finir la cuisson des haricots. Dresser dans un plat à gratin, saupoudrer de persil haché et servir aussitôt.

## LES PARTENAIRES



- > **Accompagne** les professionnels de l'alimentation, dans l'obtention et le maintien des SIQO en Hauts-de-France
- > **Appuie** le développement des SIQO
- > **Sensibilise** les relais pour développer la consommation

Depuis 1996, **gère** la rédaction et les modifications apportées aux cahiers des charges Lingot du Nord Label Rouge-IGP et Flageolet vert Label Rouge de l'Association Lingot du Nord.

Depuis 2016, **aide** le collectif des producteurs du **Haricot de Soissons** dans sa démarche de reconnaissance vers l'IGP jusqu'à son obtention en juin 2023.

Contact : **Benoît BODET**, Chargé de missions signes officiels de qualité  
06 99 97 71 43, [bbodet@qualimentaire.fr](mailto:bbodet@qualimentaire.fr)



- > Expert dans les domaines de la conservation variétale et des recherches géohistoriques sur le patrimoine agricole, les Espaces Naturels Régionaux et son Centre Régional de Ressources Génétiques **valorisent le patrimoine fruitier, légumier et animal**, grâce à de nombreux partenariats et la mise en œuvre de filières économiques.

Contact : **Richard BOUCHERIE**, Chargé de missions patrimoine légumier régional  
06 75 21 43 13, [r.boucherie@enrx.fr](mailto:r.boucherie@enrx.fr)



- > Depuis 2022, le Pôle Légumes a investi le champ des haricots secs, par l'expérimentation et le conseil aux producteurs.

Contact : **Justine CNUDE**, Conseillère poireaux et haricots secs  
06 77 69 75 15, [justine.cnudde@npdc.chambagri.fr](mailto:justine.cnudde@npdc.chambagri.fr)

### Crédits photos

Espaces Naturels Régionaux-CRRG

ENRx/Olivier DELVAUX

Comité de Promotion Hauts-de-France/Studio Tekhné

Association Lingot du Nord

Qualimentaire/V. BERTHE