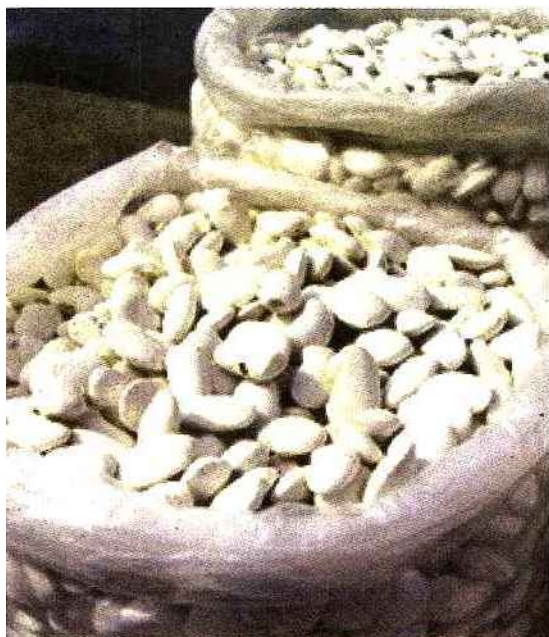


Rubrique réalisée avec la Maison  Le Delas

A LA DÉCOUVERTE DU TERROIR **LE HARICOT DE SOISSONS**



PRODUCTEUR : **COOPERATIVE DE SOISSONS**

Le plus gros haricot de France se récolte exclusivement dans le département de l'Aisne où il est ramassé à la main en octobre, sur des filets pouvant atteindre deux mètres. Il s'agit en effet d'un haricot grim pant dont l'autre particularité est d'être récolté naturellement sec.

Cette légumineuse dont on retrouve des traces au Moyen-Age était tombée en désuétude et a été remise à l'honneur il y a peu, notamment par la coopérative de Soissons regroupant à présent une vingtaine de producteurs ayant récolté quatre tonnes l'an passé.

Si on peut l'accommoder en navarin ou autre plat traditionnel, le haricot de Soissons peut également, de par sa grosseur, être présenté en apéritif, sous forme de tapas, ou en salade.

LA RECETTE DE MATHIEU GARREL
CHEF DU BÉLISSAIRE

BAR DE LIGNE AVEC SA COCOTTE DE HARICOTS
DE SOISSONS CRÈME LANGOUSTINE

PRÉPARATION DE LA RECETTE

Ingrédients

250 gr de haricots Soissons
130 gr de bar par personne
Sauce langoustine :
1 kg de têtes de langoustines, 1 oignon, 1 carotte, 1 cuillère de concentré de tomates, 15cl de vin blanc, ½l de crème liquide
Finition : 1 échalote ciselée, 1 tomate en petits dés, 4 champignons émincés, 1 cuillère de ciboulette ciselée

Préparation haricots :

Mettre à l'eau froide toute une nuit, le lendemain **cuire à l'eau tiède salée** (10 gr/litre d'eau), accompagner d'un bouquet garni et d'une gousse d'ail écrasée, cuire généreusement.

Sauce langoustines :

Faire suer les têtes avec une cuillère d'huile d'olive jusqu'à leur donner une belle coloration. **Ajouter la garniture** sous forme d'émincé, déglacer avec le vin blanc, **mouiller** avec un peu d'eau et la crème, **ajouter** le concentré de tomates, **laisser réduire** d'1/3, faire mijoter 15 minutes, passer au chinois, rectifier l'assaisonnement et réserver.

Finition :

Faire revenir les différents éléments dans une casserole, **ajouter** les haricots et la sauce, **laisser compoter** gentiment. **Colorer** le bar côté peau, saler, poser en cocotte et **laisser mijoter** cinq minutes. Servir.

LE BÉLISSAIRE
2 rue de Marmontel
Paris XV^e



COMMENT REPERER LES PRODUITS DE QUALITÉ



Les Conseils d'Antoine Boucomont, PDG de Le Delas

« La vocation de Le Delas est de promouvoir les produits du terroir français, et il était naturel pour nous de répondre positivement aux sollicitations de la coopérative du Haricot de Soissons, comme nous l'avons fait pour la Lentille de Saint-Flour ou le Haricot Tarbais : c'est un produit rustique, rare, mais aussi économique puisqu'il suffit de 70g par personne, et sa tenue à la cuisson est très appréciée par les chefs ».