

LE SOUFLÉ DE CAROTTE DE TILQUES



2 pers.



10 min



45 min

500 g de carottes
100 g d'emmental râpé
1 œuf

- 1 Mettre les carottes à cuire durant 15 à 20 minutes à la vapeur puis les réduire en purée. Laisser refroidir.
- 2 Monter le blanc d'œuf en neige. Puis incorporer à la purée un jaune d'œuf frais, le fromage râpé et le blanc en neige. Mélanger délicatement.
- 3 Verser dans un plat beurré et mettre au four pendant une demi-heure à 120°C.

L'ASTUCE DU MARAÎCHER !

Il est conseillé de stocker la carotte de Tilques en conservant la fine couche de terre qui l'enrobe afin de garantir sa saveur et de favoriser sa longévité !

LA MARQUE VALEURS PARC



PARC NATUREL RÉGIONAL
DES CAPS
ET MARAIS D'OPALE

Valorisée au niveau national, Valeurs Parc est une marque collective à tous les parcs naturels régionaux de France. Elle met en lumière les producteurs locaux, les artisans, les hébergeurs et restaurateurs engagés dans une démarche durable de protection et de valorisation des patrimoines du territoire.

LES ENGAGEMENTS VALEURS PARC

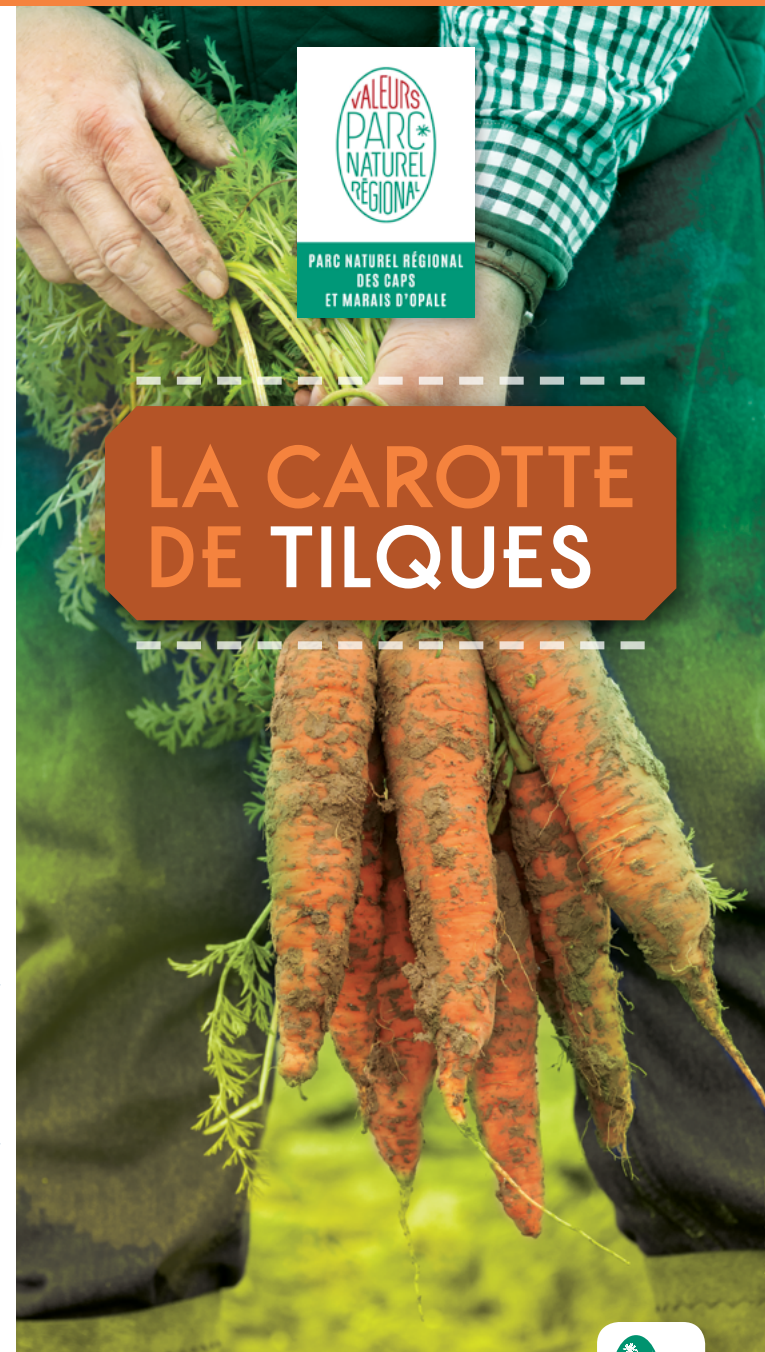
Consommer des produits et services marqués Valeurs Parc, c'est avoir la certitude de promouvoir une activité issue :

- » du territoire du Parc naturel régional des Caps et Marais d'Opale,
- » d'une entreprise qui cherche à réduire l'impact de son activité sur l'environnement,
- » d'une entreprise qui participe à l'économie locale en choisissant de travailler avec des fournisseurs locaux.

Ce guide est cofinancé par le Fonds européen agricole pour le Développement Rural. L'Europe investit dans les zones rurales.



Une autre vie s'invente ici



LA CAROTTE DE TILQUES

Crédits photos : Anne-Sophie Flament (sauf mention contraire)

Choisir la Carotte de Tilques « Valeurs Parc » apporte la garantie de consommer un produit engagé dans une démarche de progrès en matière de développement durable.



Une autre vie s'invente ici

LA CAROTTE DE TILQUES

VALEURS PARC

Variété ancienne très répandue au XIX^e siècle puis presque oubliée, la Carotte de Tilques a été sauvée grâce à la mobilisation des agriculteurs, du Centre régional de ressources génétiques (CRRG) et du Parc naturel régional. Sa saveur sucrée et ses formes généreuses en font un produit d'exception, symbole de la culture légumière de l'Audomarois. Pour ses qualités gustatives, son histoire, le patrimoine et le savoir-faire qu'elle représente, la Carotte de Tilques bénéficie de la marque Valeurs Parc.

Consommer des carottes de Tilques marquées « Valeurs Parc », c'est avoir la certitude de déguster un produit :

- Issu des cultures maraîchères traditionnelles des Caps et Marais d'Opale,
- Issu d'exploitations installées sur le territoire du Parc, au bord du marais Audomarois,
- Dont la culture, la récolte et le stockage respectent un cahier des charges défini et validé.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Depuis 2015, la Carotte de Tilques est classée parmi les variétés anciennes du catalogue officiel des espèces et variétés végétales, ce qui autorise la commercialisation de ses graines pour les jardiniers amateurs.



OÙ TROUVER DES CAROTTES DE TILQUES MARQUÉES VALEURS PARC ?



CARACTÉRISTIQUES DU PRODUIT

- » Production localisée à Tilques et les communes voisines de Houlle, Moule, Salperwick, Serques
- » Gros calibre
- » Grand feuillage
- » Chair rouge et sucrée
- » Très odorante
- » Rustique et résistante
- » Graines fermières

▫ LES POINTS DE VENTE DIRECTE



SAS LA TILQUISE

Réginald Devienne
29 rue du Marais, Serques
03 21 93 24 81 - 06 77 19 43 26
reginald.devienne@wanadoo.fr
www.latilquoise.fr



LA FERME BÉDAGUE

Alexandre Bédague
111 départementale 943, Tilques
07 61 43 96 40
alexandre.bedague@live.fr

CRESSONNIÈRE DE TILQUES

Annie, Véronique et Bernard Ledoux
8 rue Hennebocque, Tilques
06 86 22 93 19 - 03 21 12 68 87
veronique.toussaint62@gmail.com
www.la-cressonniere-de-tilques.com

AU JARDIN DE SERQUES

Marie-Anaïs Davion et Maxime Vaupré
RD 943, Serques
06 58 15 11 39

LA FERME GUILBERT

Pascal Guilbert
33 Route départementale 943, Moule
06 77 64 45 59
pascal.guilbert@neuf.fr

STÉPHANE GHERAERT

Vente sur commande par téléphone
et par mail (à retirer 48h après)
06 11 36 49 58
stephane.gheraert@neuf.fr