



Cours de cuisine Espagnole

9 avril 2013



«Tapas»:

Pour 6 personnes

Pulpe de tomates :

6 tomates fraîches, 3 gousses d'ail, 2 cuillerées d'huile d'olive
Anchois, serrano, moules à l'escabèche etc ...

Pour la pulpe de tomates : peler les tomates, les ouvrir et enlever les pépins, les couper en dés dans un saladier. Mixer, saler, poivrer, ajouter l'ail finement écrasé puis l'huile d'olive et mélanger le tout. Conserver au frais pour macérer (la veille si possible)

Préparer des tartines en étalant de la pulpe de tomates et en disposant des anchois ou des moules ou du serrano, etc ...

« Veau à la catalane » :

Pour 4 personnes

800 g à 1 kg de veau (tendron ou épaule), un peu de farine
2 cuillerées d'huile d'olive
2 ou 3 gousses d'ail, 3 oignons
1 verre de vin blanc sec
3 ou 4 tomates moyennes (en boîte)
Sel poivre
12 olives vertes
150 g de chorizo (semi fort)

Fariner les morceaux de viande. Faire dorer dans une sauteuse avec 2 cuillerées d'huile d'olive très chaude. Ajouter les oignons en cours de préparation ainsi que l'ail. Faire revenir le tout, bouton vapeur ouvert. Arroser avec le verre de vin blanc. Laisser chauffer quelques minutes.

Pendant ce temps, peler les tomates, les couper, épépiner et les vider de leur jus. Les ajouter dans la sauteuse avec un peu de sel et poivre.

Couvrir, bouton vapeur fermé et laisser cuire.

Après 15 mn ajouter les olives et le chorizo coupé en morceaux ; remettre le couvercle et cuire encore 15 mn.

Servir directement dans la sauteuse.



«Riz à l'espagnole »:

Pour 6 personnes

60 g de riz par personne
1 oignon (petit), 1 demi-poivron rouge
Quelques rondelles de chorizo
1 tomate pelée
1 sachet d'épices (espagnoles)
Sel (si besoin)
Huile d'olive
Eau chaude et bouillon de volaille

Hacher la tomate et l'oignon

Vider et épépiner le poivron et le couper en petits morceaux

Mettre dans la sauteuse et faire revenir l'oignon haché, le poivron, les tomates et le chorizo

Verser le riz, remuer.

Dès que le riz est translucide verser le sachet d'épices, l'eau chaude et laisser cuire.

Ajouter éventuellement de l'eau en cours de cuisson.