



Cours de cuisine Grecque

3 avril 2012



« MEZE » chips de légumes et tzatziki:

Pour 6 personnes

1 concombre moyen; 1/2 litre de yaourt (ou fromage blanc égoutté) 1 gousse d'ail 1 c. à soupe d'huile d'olive, 1c. à café de vinaigre, 1 c. à café d'aneth haché, 1/2 c. à café de sel

2 légumes de chaque sorte pour 4 personnes

Salade laitue, ciboulette ou oignon frais, aneth, citron ou vinaigre, huile olive et sel

Peler et émincer très finement la gousse d'ail. Râper le concombre et laisser égoutter. Mélanger tous les ingrédients et mettre à rafraîchir au réfrigérateur, avant de déguster comme hors d'œuvre ou comme assaisonnement de légumes

Chips de courgettes, d'aubergines et de poivrons : ne pas oublier la farine et l'huile de pépins de raisins ou d'huile d'olive pour la friture

Découper la salade en lanières et ajouter l'accompagnement.



« Pasticcio »:

Pour 4 personnes

250 g de macaronis

- huile d'olive
- 1 oignon haché
- 3 gousses d'ail écrasées
- 400 g de bifeck haché
- 30 cl de bouillon de bœuf (KUB'OR)
- 2 cuillères à soupe de concentré de tomate
- 1 cuillère à café de cannelle et 1 de cumin
- 1 cuillère à soupe de menthe fraîche hachée
- 50 g de beurre
- 40 g de farine, 20 cl de lait, 1 yaourt nature
- 200 g de kefalotiri (fromage grec que vous pouvez remplacer par de l'emmental ou du parmesan)
- sel et poivre

Cuire les macaronis "al dente" dans de l'eau salée.

Faire blondir l'ail et l'oignon dans un peu d'huile d'olive. Incorporer la viande hachée. Laisser cuire. Mélanger dans le bouillon tiède la menthe le cumin la cannelle et le concentré de tomate puis incorporer à la viande. Saler, poivrer. Laisser mijoter 10 mn.

Faire fondre le beurre dans une casserole, incorporer la farine puis le lait préalablement mélangé au yaourt. Laisser cuire doucement 5 mn.

Retirer du feu et incorporer le fromage, mélanger. Saler poivrer. Mélanger cette sauce aux macaronis.

Verser la moitié des macaronis dans un plat à gratin, recouvrir de la sauce à la viande, étaler par dessus le reste de macaronis. Couvrir de fromage et laisser gratiner au four jusqu'à ce que le dessus soit bien doré

« Politikos Chalva »

Pour 6 personnes

2 tasses à thé de semoule très fine (à gâteaux)
1 tasse à thé d'huile d'olive
2 tasses à thé de sucre
1/2 tasse à thé de miel
1/4 de tasse à thé de cerneaux de noix écrasés, 1/4 de tasse à thé de pignons, 1/4 de tasse à thé de raisins secs
1 cuillère à café de cannelle en poudre, 1/2 cuillère à café de clou de girofle en poudre (râpé)
Une écorce de citron non traité

Les ingrédients de décoration

Du sucre glace
De la poudre de cannelle

Préparation

Faire bouillir de l'eau dans une casserole avec le miel, le sucre, la cannelle, les clous de girofle râpés, l'écorce de citron. Dans une autre casserole profonde (une marmite), faire chauffer l'huile d'olive. Verser peu à peu la semoule en remuant avec une cuillère en bois. Y ajouter les noix et les pignons tout en remuant.

Lorsque la couleur de la semoule tourne au doré-caramel retirer du feu et y ajouter les raisins secs. Y verser, en faisant attention, le sirop conservé chaud (car il se forme beaucoup de vapeur, l'usage d'une longue cuillère en bois est de mise pour ne pas y exposer les mains directement à la vapeur chaude). Remettre la marmite au feu et remuer continuellement jusqu'à ce que le chalva absorbe tout son jus et commence à se détacher des parois de la marmite. Alors, retirer du feu, bien remuer et couvrir la marmite d'une serviette propre durant 5 minutes. Ensuite, verser le chalva dans un moule savarin. Lorsqu'il a refroidi le déverser dans un grand plat et le saupoudrer de sucre glace et de cannelle, (facultatif : de quelques amandes effilées aussi)

