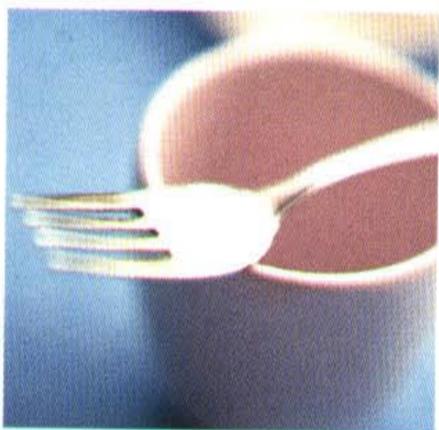


LE MEILLEUR DES
TAPAS



Richard Tapper

TAPAS





TAPAS

Richard Tapper





Sommaire

Introduction	6
Techniques étape par étape	8
Légumes	14
Empanadas	24
Œufs	30
Viande et poulet	36
Fruits de mer	42
Sauces	58
Glossaire	60
Index	62

Introduction

Pour l'Espagnol moyen, le bar à tapas local constitue le lieu privilégié de trois activités appréciées entre toutes : bien manger, bien boire et participer en toute convivialité à des conversations animées. En Espagne, on aime à discuter au café ou au bar, et nul ne songerait à boire un verre sans avoir algo para picar – quelque chose à grignoter – en d'autres termes, sans tapas.

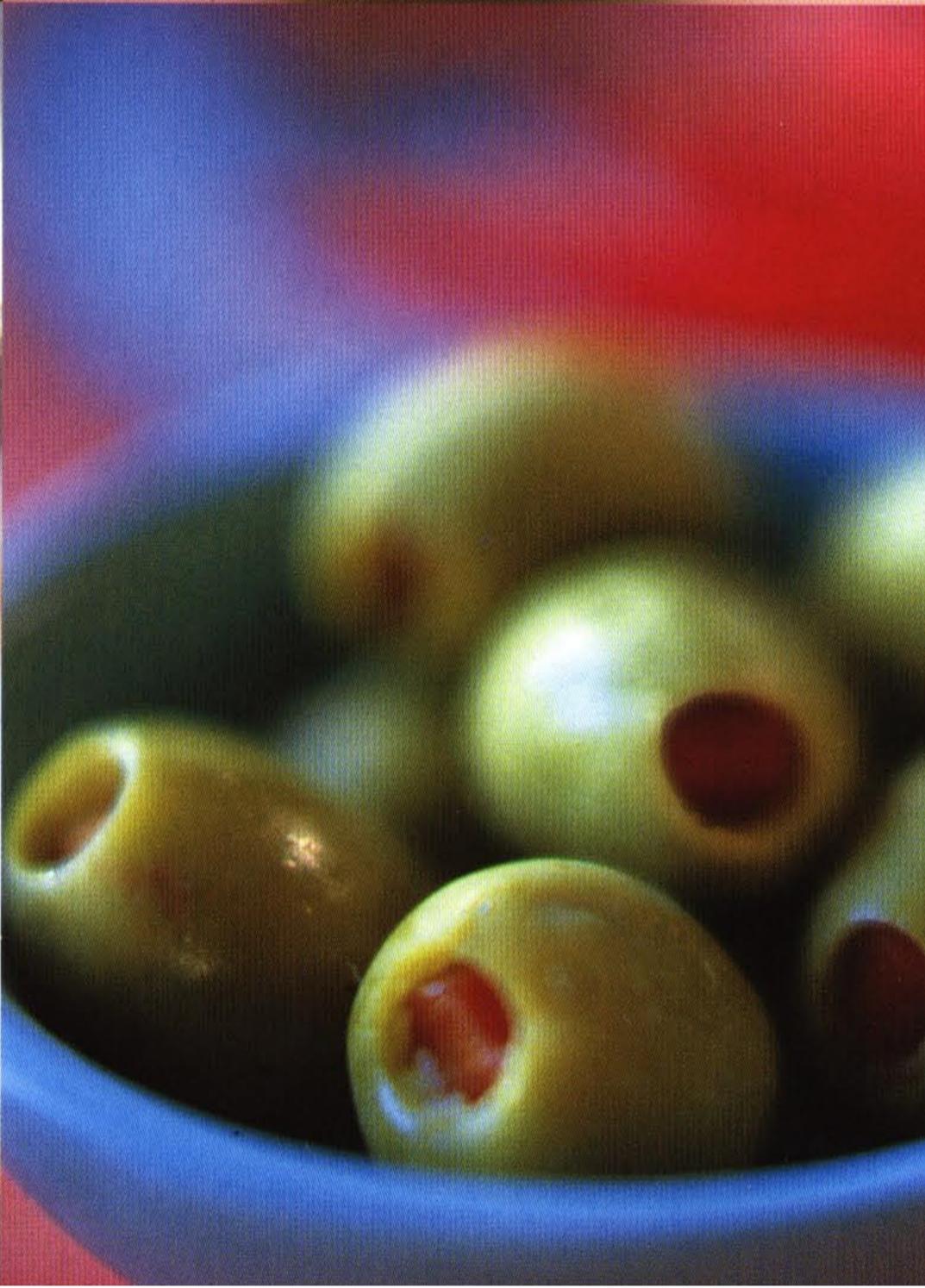
Le mot tapa signifie littéralement « couvercle » ; la coutume des tapas remonte probablement à une pratique qui consistait à placer une petite assiette ou un couvercle sur le verre de vin que l'on servait. On assure aussi qu'un décret séculaire obligeait toutes les tavernes à servir des mets en accompagnement du vin, ce afin que les cochers ne soient pas perpétuellement pris de boisson.

Quelles qu'en soient les origines, l'habitude de se réunir quotidiennement autour des tapas qui agrémentent l'apéritif aussi bien que les conversations fait désormais partie intégrante du mode de vie espagnol. Les tapas ont donné naissance à un style de cuisine à part entière.

Si les tapas sont depuis des temps immémoriaux une grande tradition espagnole, ces deux dernières décennies ont été marquées par l'essor de cette pratique aux États-Unis (notamment à New York et en Californie), puis dans d'autres pays et sur d'autres continents, où la prolifération des bars à tapas témoigne du plaisir que l'on a trouvé à adopter hors de ses terres d'origine un mode de consommation convivial des mets et des vins. Le concept même est aujourd'hui devenu véritablement international, tant les tapas, qui représentent la quintessence de la culture espagnole, se prêtent aisément à diverses adaptations.

Nombre des recettes qui figurent dans le présent ouvrage sont authentiquement espagnoles. Lorsque vous servez des tapas, efforcez-vous de les présenter dans de la vaisselle d'Espagne, et agrémentez-les d'un fond musical d'œuvres de guitare classique espagnole, afin de recréer toute la convivialité d'un véritable bar à tapas.

Buen provecho!



Techniques étape par étape

Empanada

Il existe maintes variétés de ces galettes fourrées que l'on appelle empanadas, courantes non seulement en Espagne mais aussi dans le sud-ouest des États-Unis ainsi que dans toute l'Amérique latine. La réussite des empanadas repose sur deux secrets : consistance de la garniture et température de la pâte.

Une bonne garniture doit être raisonnablement épaisse : il ne faut pas qu'elle suinte, car alors il serait difficile de sceller les bords du chausson ; elle doit être froide aussi, de façon à ne pas ramollir la galette. Le mieux est de stocker les ronds de pâte au réfrigérateur pour n'en garnir que quatre ou cinq à la fois.

Une pâte maison donne évidemment des résultats incomparablement plus savoureux, mais sachez cependant que l'on trouve de la pâte à empanadas toute faite dans les boutiques de spécialités culinaires espagnoles et sud-américaines. Vous pouvez aussi employer de la pâte à tarte (brisée ou feuilletée) du commerce, dont les abaisses sont à peu près de l'épaisseur requise pour les empanadas. Après avoir découpé les ronds de pâte, laissez-les reposer au moins une demi-heure au réfrigérateur et n'en utilisez que quelques-uns à la fois, comme indiqué précédemment.

Pour 60 empanadas

1 kg de farine

½ l d'eau froide

1 bonne pincée de sel

500 g de beurre à température ambiante



1. Versez la farine sur un plan de travail et ménagez un creux au centre. Versez progressivement l'eau en mélangeant jusqu'à obtention d'une pâte lisse et facile à travailler. Salez en cours de préparation. Pétrissez la pâte de 7 à 8 minutes, en la tournant et en la repliant continuellement sur elle-même. Mettez la pâte dans un film fraîcheur et laissez reposer au moins $\frac{1}{2}$ h au réfrigérateur.



2. Sur un plan de travail fariné, roulez la pâte en une fine abaisse. Étalez le beurre (à température ambiante) sur toute la pâte. Repliez les bords de la pâte sur le centre à quatre reprises au moins. Emballez de nouveau la pâte et réfrigérez-la $\frac{1}{2}$ h de plus.



3. Roulez de nouveau la pâte sur un plan de travail fariné, en la repliant au moins huit fois. Remettez-la au réfrigérateur $\frac{1}{2}$ h, puis roulez-la en une abaisse de 2 mm d'épaisseur et découpez des ronds de 10 cm de diamètre. Farinez et réfrigérez $\frac{1}{2}$ h.



4. Déposez 1 ou 2 cuillerées à café de garniture au centre de chaque rond de pâte. Repliez en deux puis pincez le rebord entre le pouce et l'index, en le repliant vers l'intérieur pour que la garniture ne risque pas de s'échapper.

Olives marinées

Aceitunas aliñadas

Le maître mot pour que vos olives marinées soient parfaitement réussies : la patience. Laissez-les mariner au moins trois semaines, et jusqu'à six mois.



Olives vertes

**250 g d'olives vertes,
non dénoyautées**
12 grosses gousses d'ail écrasées
1 cuill. à soupe de fenouil haché
huile d'olive

Égouttez les olives, puis écrasez-les légèrement avant de les mettre dans un bocal en verre avec l'ail et le fenouil. Recouvrez d'huile d'olive. Couvrez et gardez au réfrigérateur, en remuant de temps à autre. Servez à température ambiante.



Olives noires

250 g d'olives noires, non dénoyautées
2-12 gousses d'ail écrasées
1 ou 2 piments rouges séchés
vinaigre de vin
1 trait de jus de citron

Égouttez et écrasez légèrement les olives, puis mettez-les dans un bocal en verre avec l'ail et les piments. Recouvrez de vinaigre, ajoutez un trait de citron. Couvrez le bocal et entreposez à température ambiante pendant au moins trois semaines.



Olives marinées

Olives piquantes

250 g de grosses olives vertes

8 piments verts

vinaigre de vin blanc

1 trait de jus de citron

Dénoyautez les olives et enfoncez un piment dans chaque. Mettez-les dans

un bocal, recouvrez de vinaigre et ajoutez un trait de jus de citron. Entreposez à température ambiante pendant au moins trois semaines. Ces olives piquantes, très appréciées dans les bars à tapas d'Espagne, sont délicieuses à l'apéritif.



Poivrons grillés

Pimientos asados

Les poivrons grillés se savourent seuls, comme ingrédients principaux de nombreux mets ou en tant que garniture. Si vous les servez entiers à l'heure des tapas, mieux vaut choisir de petits poivrons. Utilisés comme ingrédients ou en garniture, ils sont toujours coupés en fines lamelles ou en dés. Ces poivrons sont excellents avec des salades de poulet ou de fruits de mer. Pour un plat à part entière, comptez 6 poivrons rouges.



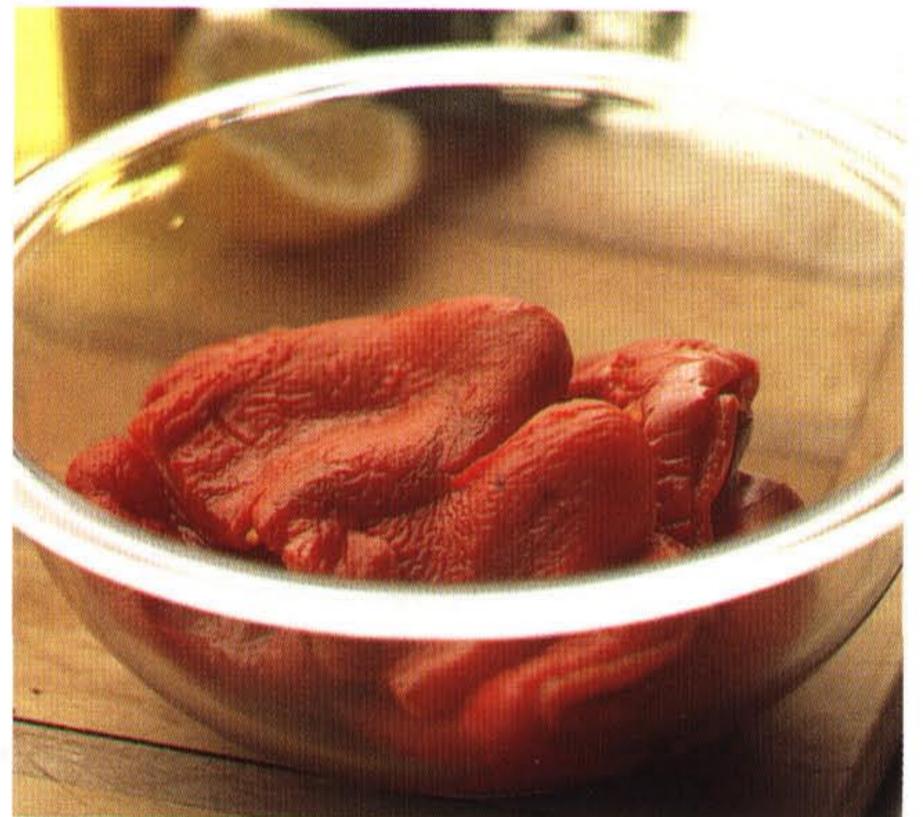
1. Badigeonnez les poivrons d'huile d'olive et faites-les cuire 30 minutes environ au four à 180-200 °C/therm. 4-6, ou passez-les au gril jusqu'à ce que la peau noircisse.



2. Les poivrons sont cuits dès qu'ils se ramolissent et que la peau brunit par endroit.



3. Emballez les poivrons dans un plastique alimentaire ou une feuille d'aluminium. Fermez, laissez reposer 10 min. Pelez et videz les poivrons.



4. Ajoutez huile d'olive, jus de citron, sel et poivre. Si vous le souhaitez, ajoutez des morceaux d'anchois, de l'oignon haché et du persil ciselé.

Légumes

Artichauts farcis

Alcachofas rellenas

Pour 8 personnes

8 artichauts

huile d'olive

60 g d'oignon émincé

250 g de viande de porc maigre hachée

100 g de jambon haché

60 g de chapelure

2 cuill. à soupe de persil haché

sel et poivre du moulin

sauce tomate épicée (voir page 59)

Coupez 2-3 cm au sommet des artichauts. Portez à ébullition une casserole d'eau salée, puis faites cuire les artichauts – ils doivent être tendres sans être trop cuits.

Faites chauffer 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive dans une poêle. Ajoutez l'oignon et la viande hachée et faites revenir le tout à feu moyen. Hors du feu, retirez l'excès de graisse. Ajoutez le chapelure et le persil, salez et poivrez, mélangez bien le tout.

Écartez les feuilles des artichauts pour ôter la bourre sans abîmer le cœur. Remplissez les artichauts de farce.

Préchauffez le four à 180 °C/therm. 4. Coupez la tige des artichauts de façon à ce qu'ils tiennent bien droit dans un plat allant au four. Arrosez-les d'un peu d'huile d'olive et faites cuire 20 minutes. Servez chaud, avec une sauce tomate épicée.



Aubergines farcies

Berenjenas rellenas

Pour 8 personnes

sauce tomate aux fines herbes

1 cuill. à soupe d'huile d'olive

2 gros oignons finement hachés

4 gousses d'ail finement hachées

**1 bonne cuill. à café de gingembre frais
finement haché**

**500 g de tomates fraîches
ou en conserve**

basilic haché

coriandre hachée

4 petites aubergines

env. 5 cl d'huile d'olive

1 gros oignon finement haché

6 gousses d'ail finement hachées

1 poivron rouge épépiné et haché

**1 bonne cuill. à soupe de farine
avec poudre levante**

125 de miettes de pain frais

2 blancs d'œufs battus

sel et poivre

**2 cuill. à soupe de parmesan
fraîchement râpé**

brins de basilic, pour garnir

Chauffez l'huile d'olive dans une poêle à feu modéré, faites revenir l'oignon, l'ail et le gingembre. Ajoutez les tomates, faites cuire 10 minutes, réduisez en purée, assaisonnez de basilic et de coriandre. Mesurez 25 cl de sauce et réservez le reste.

Chauffez le four à 240 °C/therm. 9. Coupez les aubergines en deux dans la longueur ; incisez profondément la chair en veillant à ne pas trancher la peau des aubergines. Enduisez la chair de 2 cuillerées à soupe d'huile, puis déposez les aubergines sur une plaque à pâtisserie et faites cuire 8-10 minutes au four. Évidez en laissant une coque d'1 cm d'épaisseur. Réduisez en purée et réservez.

Chauffez 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive dans une poêle à feu modéré, faites revenir l'oignon et l'ail pendant 3 minutes, puis ajoutez le céleri et le poivron ; prolongez la cuisson de 3 minutes, puis 5 minutes de plus avec la sauce tomate réservée et la purée d'aubergines. Hors du feu, incorporez la farine et les miettes de pain. Laissez refroidir 10 minutes, incorporez les blancs d'œufs. Salez et poivrez.

Garnissez les coques d'aubergine de préparation à la tomate et dressez-les dans un plat huilé allant au four. Recouvrez la moitié de chaque demi-aubergine de parmesan. Faites dorer au four (10-15 minutes), puis déposez des cuillerées de sauce réservée sur l'autre moitié. Garnissez de brins de basilic et servez aussitôt.

Aubergines au parmesan

Berenjenas con queso

Pour 8 personnes

2 aubergines moyennes

2 œufs

4 gousses d'ail émincées

50 cl d'eau

25 cl d'huile d'olive

farine

200 g de parmesan finement râpé

Coupez les aubergines en rondelles de 1 cm. Dans un saladier, mélangez les œufs, l'ail et l'eau.

Chauffez l'huile d'olive dans une poêle à feu modéré. Roulez les rondelles d'aubergine dans la farine, plongez-les dans la préparation à l'œuf puis dans le parmesan, en veillant à bien enrober les deux faces. Faites dorer dans l'huile (environ 2 minutes de chaque côté), égouttez sur du papier absorbant et servez aussitôt.



Pommes de terre à la sauce épicée

Patatas bravas

Pour 8 personnes

5 cuill. à soupe d'huile d'olive

8 grosses pommes de terre, pelées et coupées en dés de 4 cm

1 gros oignon finement haché

3 gousses d'ail finement hachées

2 cuill. à soupe de persil finement haché

3 piments frais, épépinés et hachés, ou 1 cuill. à soupe de sauce pimentée

(voir page 58)

50 cl de tomates en conserve réduites en purée

12 cl de vin blanc sec

sel

chorizo haché (facultatif)



Préchauffez le four à 240 °C/therm. 9. Chauffez 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive dans une poêle, à feu vif. Lorsque l'huile commence à fumer, faites dorer les pommes de terre. Versez le tout dans un plat à rôtir et achevez la cuisson des pommes de terre (15 min environ).

Dans l'intervalle, chauffez 1 cuillerée à soupe d'huile dans une poêle, à feu modéré, puis faites revenir l'ail et l'oignon pendant 3 minutes; poursuivez la cuisson de 10 à 12 minutes avec les autres ingrédients de la sauce. Égouttez les pommes de terre puis dressez-les dans un grand plat ou dans des plats individuels. Nappez de sauce, remuez et servez aussitôt.

Salade de pommes de terre

Ensaladilla

Pour 8 personnes

6 pommes de terre cuites à l'eau, pelées et coupées en dés

60 g de carottes cuites coupées en dés

60 g de petits pois cuits

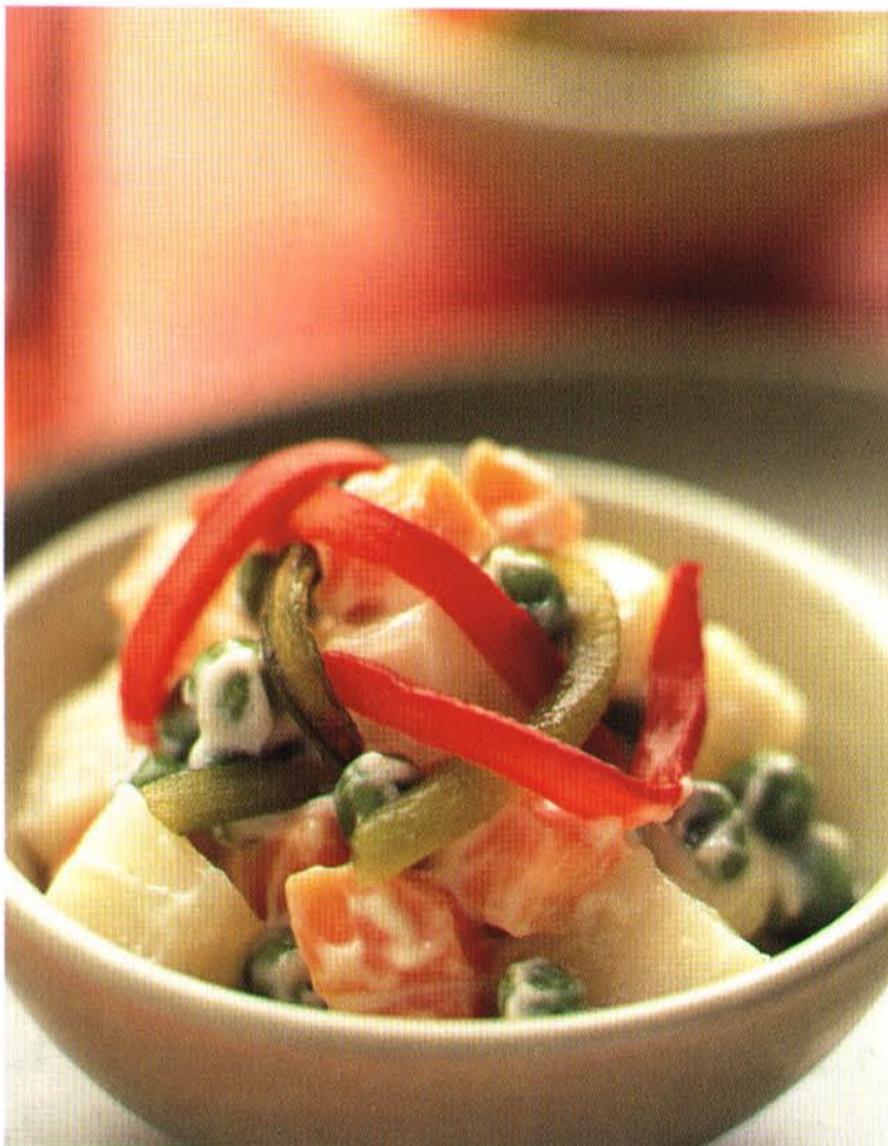
25 cl de mayonnaise à l'ail (voir page 59)

sel et poivre

1 poivron rouge et 1 poivron vert, grillés, pelés et vidés (voir page 12),

puis découpés en lamelles

brins de persil pour garnir



Dans un grand saladier, mélangez les pommes de terre, les carottes, les petits pois et la mayonnaise ; salez et poivrez. Pour une saveur optimale, laissez reposer une heure à température ambiante.

CONSEIL Cette salade de pommes de terre à la mayonnaise, servie dans tous les bars à tapas d'Espagne, est toujours l'un des premiers plats à y être présentés – en abondance tout d'abord, pour diminuer au fil de la journée et au gré de l'appétit des consommateurs.

Champignons farcis

Champiñones rellenos

Pour 8 personnes

env. 5 cl d'huile d'olive

1 bonne cuill. à soupe d'ail finement haché

32 champignons de Paris d'environ 5 cm de diamètre, équeutés

1 cuill. à soupe d'oignon finement haché

30 g de tocino ou de bacon haché

1 cuill. à soupe de persil finement haché

1 œuf légèrement battu

2 cuill. à soupe de miettes de pain frais

2 cuill. à soupe de parmesan fraîchement râpé



Chauffez l'huile d'olive dans une poêle assez grande pour contenir les champignons ; ajoutez l'ail, puis les champignons (chapeaux renversés) et faites dorer à feu doux (2 minutes environ). Retirez les champignons de la poêle. Faites revenir l'oignon et le tocino pendant 2-3 minutes dans la poêle. Enlevez l'excès de liquide. Ajoutez le persil, ôtez du feu et laissez refroidir. Mélangez l'œuf et les miettes de pain au tocino persillé, puis garnissez les chapeaux des champignons de cette farce avant de saupoudrer de parmesan. Passez au gril ou au four préchauffé à 230 °C/therm. 9. Servez dès que le fromage est bien doré.

Champignons à l'ail

Champiñones al ajillo

Pour 8 personnes

env. 5 cl d'huile d'olive

6 gousses d'ail finement hachées

500 g de champignons

2 cuill. à soupe de persil haché

1 cuill. à soupe de farine

25 cl d'eau

sel et poivre

le jus de ½ citron

Chauffez l'huile dans une poêle, à feu modéré, puis faites revenir l'ail 1 ou 2 minutes, en veillant à ne pas le faire brûler. Poursuivez la cuisson avec les champignons et le persil, jusqu'à ce que les champignons commencent à rendre leur jus.

Ajoutez la farine en remuant constamment jusqu'à obtention d'une pâte, puis incorporez progressivement l'eau, le sel, le poivre et le jus de citron. Faites mijoter 10 minutes, en ajoutant un peu d'eau si la sauce est trop épaisse. Servez chaud.

Champignons au bacon

Champiñones con tocino

Pour 6 personnes

1 cuill. à soupe d'huile d'olive

125 g de tocino ou de bacon

coupé en dés

2 gousses d'ail finement hachées

500 g de champignons de Paris

12 cl de vin blanc sec

sel

2 cuill. à café de poivre du moulin

1 cuill. à café de persil haché

Chauffez l'huile d'olive dans une poêle, à feu vif, puis faites revenir le tocino pendant 3 minutes. Ajoutez l'ail et les champignons (remuez bien), puis le vin, le sel, le poivre et le persil. Faites cuire à feu vif jusqu'à ce que la majeure partie du vin se soit évaporée (3-4 minutes). Servez très chaud.

Beignets de légumes

Verduras fritas

Pour 15–20 personnes

25 cl d'eau froide

125 g de farine de froment

60 g de Maïzena

1 pincée de sel

1 trait de jus de citron

1 jaune d'œuf

1 aubergine coupée en fines rondelles

**les fleurons de ½ chou-fleur, blanchis
de 3 à 4 minutes et égouttés**

**2 gros oignons coupés en rondelles,
anneaux détachés**

**2 courgettes coupées en fines lamelles
de 5 cm de long**

**1 poivron rouge ou 1 poivron vert coupé
en lamelles de 1 cm de large
et 5 cm de long**

farine assaisonnée pour enrober

huile de friture

quartiers de citron

mayonnaise à l'ail (voir page 59)

Dans une jatte, fouettez l'eau, la farine de froment et la Maïzena jusqu'à obtention d'une pâte homogène. Un doigt plongé dans la pâte doit se couvrir d'une fine couche. Sans cesser de battre, ajoutez le sel, le jus de citron et le jaune d'œuf. Réfrigérez un quart d'heure environ. Dans une poêle creuse, faites chauffer 7-8 cm d'huile à 180 °C (utilisez un thermomètre à friture). Roulez les légumes dans la farine assaisonnée, secouez-les pour retirer l'excédent de farine puis plongez-les dans la pâte avant de les faire frire. Quand les beignets sont bien dorés, égouttez-les sur du papier absorbant et servez-les aussitôt accompagnés de quartiers de citron et de mayonnaise à l'ail.



CONSEIL Ce mets très apprécié est assez comparable à une spécialité japonaise, appelée tempura, dont on ignore souvent qu'elle est originaire de la péninsule Ibérique : elle a en effet été introduite au Japon il y a des siècles par les Portugais.

Poivrons farcis

Pimientos rellenos

Pour 6-8 personnes

6-8 petits poivrons rouges

2 cuill. à soupe d'huile d'olive

(un peu plus pour badigeonner)

50 g d'oignon haché

2 gousses d'ail finement hachées

**100-150 g de tomates en conserve
finement hachées**

2 piments rouges épépinés et hachés

12 moules cuites et coupées en dés

**250 g de coques en conserve,
égouttées**

1 cuill. à soupe de persil haché

sel et poivre

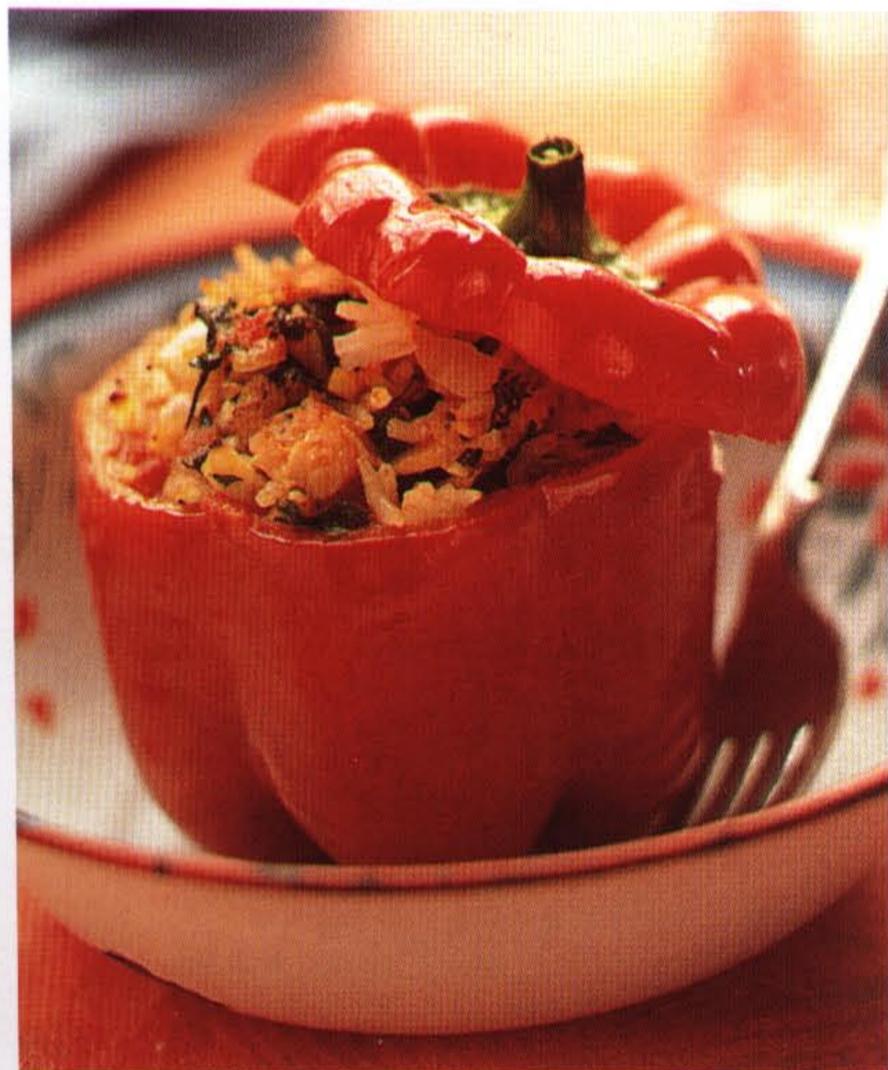
50 g de riz blanc cuit

Préchauffez le four à 200 °C/therm. 6. Badigeonnez les poivrons d'un peu d'huile d'olive et faites-les cuire 15 minutes sur la plaque du four. Incisez autour des tiges des poivrons, détachez-les et réservez. Épépinez les poivrons.

Chauffez 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive dans une poêle, à feu modéré, puis faites revenir l'ail et l'oignon ; lorsqu'ils sont translucides, poursuivez la cuisson

avec les tomates et les piments jusqu'à obtention d'une sauce homogène. Salez et poivrez, ajoutez les moules, les coques et le persil, puis, hors du feu, le riz.

Préchauffez le four à 190 °C/therm. 5. Garnissez les poivrons de préparation au riz, sans trop les remplir car le riz a besoin de place pour gonfler. Replacez les tiges. Disposez les poivrons dans un plat, badigeonnez-les d'un peu d'huile d'olive, puis laissez-les 10-15 minutes au four. Servez chaud.



Empanadas

Empanadas d'épinards

Empanadas de espinacas

Pour 8-10 personnes

1 cuillerée à soupe d'huile d'olive

2 gousses d'ail finement hachées

2 cuillerées à soupe de chorizo coupé en petits dés (facultatif)

1 grosse botte d'épinards frais, lavés et hachés

1 gros poivron rouge, grillé, pelé et vidé (voir page 12) puis coupé en lamelles

sel et poivre

pâte à empanadas (voir page 8)

1 œuf battu avec 2 cuillerées à café d'eau

Chauffez l'huile dans une poêle, à feu modéré, puis faites revenir l'ail et le chorizo pendant 1 minute avant de faire cuire les épinards en les remuant jusqu'à ce qu'ils soient flétris ; ajoutez les lamelles de poivron, ôtez du feu et laissez refroidir.

Exprimez soigneusement le liquide de la préparation aux épinards. Salez et poivrez. Déposez 2 cuillerées à café de préparation aux épinards au centre de chaque rond de pâte (pensez à ne sortir que 4 ou 5 ronds du réfrigérateur à la fois). Repliez la pâte sur la garniture et pincez les bords pour obtenir de petits chaussons. Réfrigérez au moins 15 minutes.

Préchauffez le four à 240 °C/therm. 9. Déposez les empanadas en les espaçant d'au moins 2 cm sur une plaque à pâtisserie graissée. Badigeonnez de préparation à l'œuf puis faites dorer au four (5-6 minutes). Servez aussitôt.



Empanadas de poisson

Empanadas de pescado

Pour 8–10 personnes

2 cuill. à soupe d'huile d'olive

60 g d'oignon finement haché

2 gousses d'ail finement hachées

1 grosse tomate finement hachée

**1 gros piment rouge vidé et haché
sel et poivre**

1 cuill. à soupe de persil haché

1 cuill. à soupe de purée de tomate

diluée avec un peu d'eau

250 g de poisson à chair ferme (thon ou morue, par ex.) cuit et débarrassé de ses arêtes

1 œuf dur haché

**1 poivron rouge grillé, pelé et vidé
(voir page 12) puis coupé en dés
pâte à empanadas (voir page 8)**

1 œuf battu avec 2 cuill. à café d'eau

Chauffez l'huile dans une poêle, à feu modéré, puis faites revenir l'ail et l'oignon ; quand ils sont translucides, poursuivez la cuisson avec la tomate, le piment, le sel et le poivre. Quand la sauce a épaissi, ajoutez le persil et la purée de tomate, laissez

cuire 3-4 minutes puis ôtez du feu et laissez refroidir avant de mélanger le poisson, l'œuf et le poivron.

Préchauffez le four à 240 °C/therm. 9. Déposez 2 cuillerées à café de préparation au poisson au centre de chaque rond de pâte (pensez à ne sortir que 4 ou 5 ronds du réfrigérateur à la fois). Repliez la pâte sur la garniture et pincez les bords. Réfrigérez au moins 15 minutes.

Déposez les empanadas en les espaçant d'au moins 2 cm sur une plaque à pâtisserie graissée. Badigeonnez de préparation à l'œuf puis faites dorer au four (5-6 minutes). Servez aussitôt.





Empanadas de chorizo et d'olives.

Empanadas de chorizo y aceitunas

Pour 6–8 personnes

60 g de chorizo finement haché

**30 d'olives vertes fourrées au piment,
finement hachées**

**1 cuill. à soupe de poivron rouge
finement haché**

**24 ronds de pâte à empanadas
(voir page 8)**

1 œuf battu avec 2 cuill. à soupe d'eau

Dans une jatte, mélangez le chorizo, les olives et le poivron. Déposez 1 ou 2

cuillerées à café de préparation au chorizo au centre de chaque rond de pâte, sans oublier de ne sortir que 4 ou 5 ronds du réfrigérateur à la fois. Repliez la pâte sur la garniture et pincez les bords. Réfrigérez au moins 15 min.

Préchauffez le four à 240 °C/therm. 9. Déposez les empanadas en les espaçant d'au moins 2 cm sur une plaque à pâtisserie légèrement graissée. Badigeonnez de préparation à l'œuf. Faites dorer au four (environ 5 minutes) et servez aussitôt.

Empanadas épicées aux fruits de mer

Empanadas de mariscos picantes

Pour 8-10 personnes

30 g de beurre

**250 de grosses crevettes roses
décortiquées et hachées**

**250 g de pétoncles
(ou de Saint-Jacques) hachées**

1 oignon finement haché

2 gousses d'ail finement hachées

**1 bonne cuill. à café de gingembre frais
pelé et finement haché**

**1 cuill. à soupe de poudre de curry
relevée**

1 cuill. à soupe de farine

12 cl de lait de coco

**1 cuill. à soupe de coriandre fraîche
hachée**

sel

**1 bonne cuill. à café de sauce pimentée
(voir page 58)**

1 œuf battu avec 2 cuill. à café d'eau

Faites fondre 15 g de beurre dans une poêle, à feu modéré, puis faites revenir les fruits de mer hachés jusqu'à ce que les crevettes changent de couleur. Versez crevettes et pétoncles dans une passoire, passez-les sous le robinet d'eau froide et réservez.

Dans une poêle, faites fondre le reste du beurre puis faites revenir l'oignon, l'ail et le gingembre pendant 3 minutes environ avant de poursuivre la cuisson pendant 3 minutes avec la poudre de curry et la farine, sans cesser de remuer (pour obtenir un roux). Ajoutez le lait de coco, la coriandre, le sel et la sauce pimentée; poursuivez la cuisson pendant 3-4 minutes en remuant pour que la sauce soit bien homogène. Incorporez les crevettes et les pétoncles, retirez immédiatement du feu et laissez refroidir.

Préchauffez le four à 240 °C/therm. 9. Déposez 2 cuillerées à café de préparation aux fruits de mer au centre de chaque rond de pâte, sans oublier de ne sortir que 4 ou 5 ronds du réfrigérateur à la fois. Repliez la pâte sur la garniture et pincez les bords pour les sceller. Réfrigérez au moins 15 minutes. Disposez les empanadas sur une plaque à pâtisserie graissée, en les espaçant d'au moins 2 cm. Badigeonnez de préparation à l'œuf, faites dorer au four pendant 5-6 minutes puis servez aussitôt.



Œufs

Œufs à l'andalousse

Huevos a la flamenca

Pour 6 personnes

2 cuill. à soupe d'huile d'olive

1 oignon finement haché

2 gousses d'ail finement hachées

500 g de tomates en conserve

grossièrement hachées

200 g de serrano ou autre jambon cru

2 chorizos coupés en rondelles de 1 cm

12 œufs

24 petites asperges en conserve

1 poivron rouge grillé, pelé et vidé

(voir page 12) puis coupé

en lamelles

1 cuill. à soupe de persil finement

haché

poivre du moulin

Chauffez l'huile dans une poêle, à feu modéré, puis faites revenir l'ail et l'oignon pendant 3 minutes avant de poursuivre la cuisson 10 minutes avec les tomates. Dans une autre poêle, faites cuire le jambon et le chorizo pendant 3 minutes à feu modéré.

Préchauffez le four à 200 °C/therm. 6. Répartissez la préparation à la tomate dans 6 ramequins. Cassez 2 œufs dans chaque ramequin, puis entourez-les de jambon, de chorizo, d'asperges et de lamelles de poivron. Poivrez et parsemez de persil. Faites cuire au four 10 minutes environ. Servez lorsque les blancs d'œufs sont cuits mais les jaunes encore liquides.

CONSEILS Comme son nom l'indique, cette recette est originaire d'Andalousie, province du sud de l'Espagne où vit une importante proportion de la population gitane du pays. Les huevos a la flamenca sont appréciés dans toute la péninsule Ibérique. Vous pouvez relever ce mets en ajoutant une cuillerée à soupe de sauce pimentée (voir pages 104-105) à la préparation à la tomate. Si vous le souhaitez, saupoudrez de parmesan, mais avec modération.



Œufs durs épicés

Huevos duros picantes

Pour 8 personnes

2 cuill. à soupe d'huile d'olive

2 gousses d'ail finement hachées

**2 cuill. à café de gingembre frais pelé
et finement haché**

1 oignon émincé

1 cuill. à café de cumin moulu

1 cuill. à café de coriandre moulue

1 cuill. à café de curcuma moulu

**1 cuill. à soupe de piment rouge
épépiné et haché**

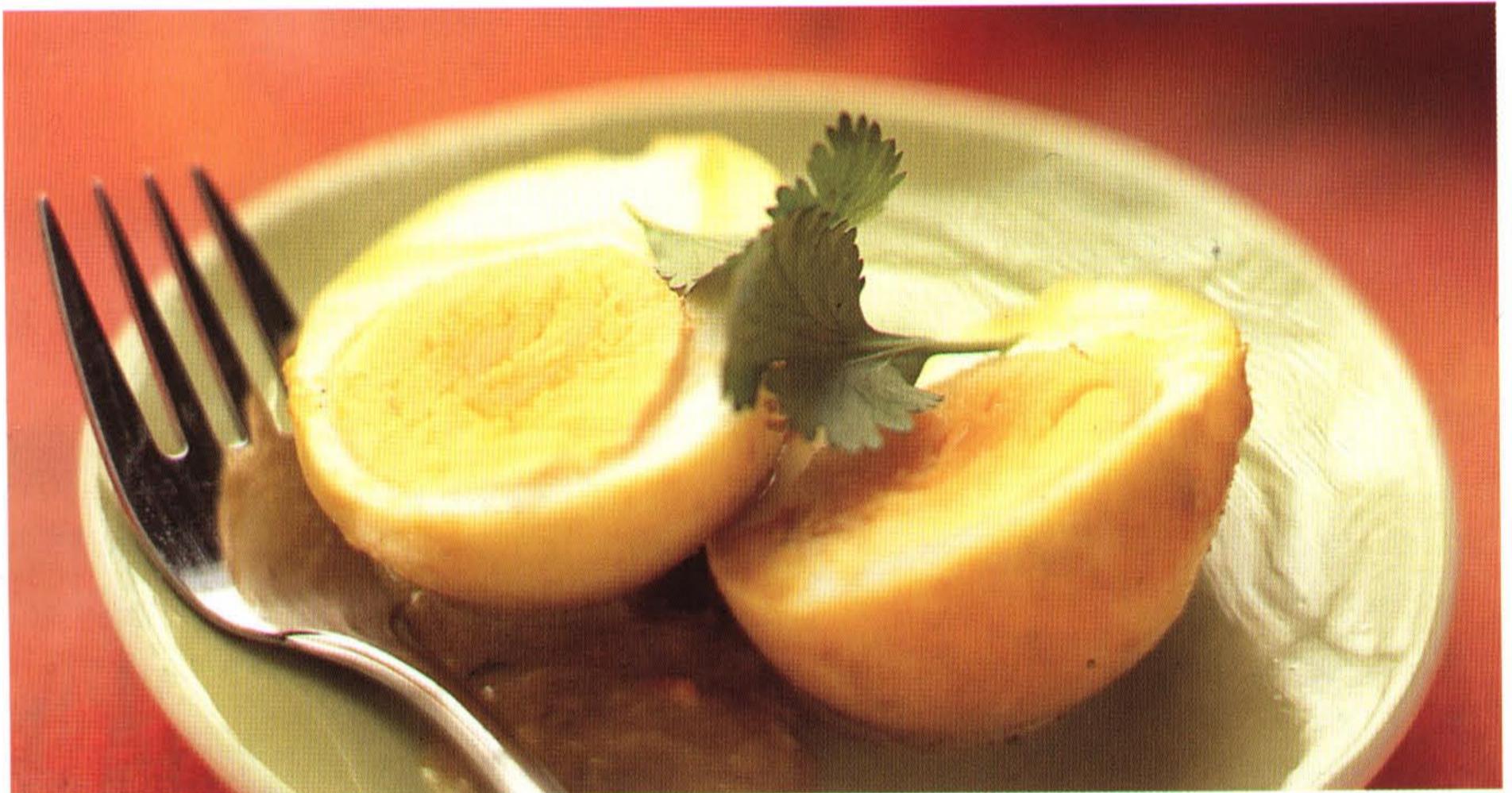
40 cl de lait de coco

8 œufs durs

brins de coriandre pour garnir

Dans une grande poêle à frire, chauffez l'huile à feu modéré puis faites revenir l'ail, le gingembre et l'oignon jusqu'à ce que ce dernier soit translucide ; poursuivez la cuisson pendant 2 minutes avec les épices, sans cesser de remuer. Retirez du feu et laissez refroidir.

Mélangez la préparation aux oignons et le lait de coco au robot ménager, remettez-la dans la poêle et portez à ébullition. Ajoutez les œufs, réduisez le feu et laissez mijoter 30 minutes à feu doux, en remuant de temps à autre. Servez garni de brins de coriandre.





Œufs farcis au saumon

Huevos duros rellenos

Pour 6 personnes

6 œufs durs

150 g de saumon en boîte, égoutté

6 olives vertes dénoyautées et hachées

2 cuill. à soupe de mayonnaise

1 cuill. à café de paprika

1 bonne cuill. à café de persil haché

2 cuill. à café de jus de citron

sel et poivre

**1 tranche de saumon fumé découpée
en fines lamelles**

**1 poivron vert vidé et découpé en fines
lamelles**

Coupez les œufs en deux dans la longueur. Ôtez les jaunes et réservez-en quatre pour un autre usage. Mettez les deux jaunes restants dans une jatte puis ajoutez le reste des ingrédients à l'exception du saumon fumé et du poivron. Mixez soigneusement.

Versez la préparation au jaune d'œuf dans une poche à douille et remplissez-en les blancs. Déposez les lamelles de saumon fumé et de poivron vert sur le dessus.

Tortilla aux courgettes

Tortilla de calabacines

Pour 12 personnes

300-400 g de courgettes coupées en rondelles de 1 cm

12 œufs

sel et poivre

2 cuill. à soupe d'huile d'olive

50 g d'oignon finement haché

1 gousse d'ail finement hachée



Faites cuire les rondelles de courgettes pendant 3 minutes dans 2 cm d'eau bouillante, puis égouttez-les.

Dans une grande jatte, battez les œufs salés et poivrés. Chauffez 1 cuillerée à soupe d'huile dans une poêle de 20 cm de diamètre, à feu modéré, puis faites sauter l'ail et l'oignon pendant 2-3 minutes. Égouttez puis mélangez avec les œufs, ainsi que les courgettes. Dans la même poêle, chauffez 1 cuillerée à soupe d'huile. Lorsqu'elle fume, versez la préparation à l'œuf et remuez-la en la détachant du fond de la poêle, à cinq ou six reprises. Lorsque l'omelette est cuite sur les trois quarts de son épaisseur, posez

une grande assiette à l'envers sur la poêle et renversez la tortilla dessus. Faites-la de nouveau glisser dans la poêle, côté non cuit sur le fond, puis poursuivez la cuisson jusqu'à ce que l'omelette ait entièrement pris. Pour servir, coupez la tortilla en 12 portions égales.

Tortilla épicée aux crevettes

Tortilla de gambas picantes

Pour 8 personnes

3 cuillerées à soupe d'huile d'olive

**2 grosses pommes de terre épluchées
et coupées en fines rondelles**

1 gros oignon coupé en fines rondelles

15 œufs

1 cuillerée à café de sel

**4 piments rouges épépinés et hachés
ou 1 cuillerée à soupe de sauce
pimentée (voir page 106)**

350-400 g de grosses crevettes

décortiquées, nettoyées et hachées

Chauffez 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive dans une poêle de 15-20 cm de diamètre, à feu modéré. Lorsque l'huile fume, étalez la moitié des pommes de terre dans la poêle, recouvrez d'oignon puis ajoutez le reste des pommes de terre. Retournez fréquemment la préparation jusqu'à ce que les pommes de terre soient cuites, en veillant à ne pas les laisser brûler. Retirez du feu.

Battez les œufs avec le sel avant d'ajouter les piments, les crevettes et la préparation aux pommes de terre. Remuez soigneusement. Essuyez la poêle avant d'y faire chauffer 1 cuillerée à soupe d'huile. Lorsque l'huile fume, versez la préparation aux œufs ; en cours de cuisson, détachez-la à cinq ou six reprises du fond de la poêle. Lorsque la tortilla est presque cuite, posez une grande assiette à l'envers sur la poêle et renversez l'omelette dessus.

Remettez la poêle à feu vif, en veillant à ce qu'aucun petit morceau de tortilla



n'attache et ne brûle (ajoutez de l'huile si nécessaire). Faites glisser l'omelette dans la poêle, côté non cuit sur le fond. Réduisez le feu puis achevez la cuisson. Renversez la tortilla sur un plat et laissez-la reposer quelques minutes avant de la couper en parts. Servez la tortilla chaude ou – comme on le fait plus fréquemment en Espagne – à température ambiante.

Viandes

Boulettes de viande

Albóndigas

Pour 12 personnes

500 g de viande de porc ou de bœuf hachée

60 g d'oignon haché menu

4 gousses d'ail finement hachées

1 cuill. à soupe de persil haché

60 g de chapelure

3 œufs

1 piment rouge émincé ou 1 trait de sauce pimentée

poivre du moulin

sel

farine pour enrober

huile de friture

Dans une jatte, mélangez soigneusement tous les ingrédients à l'exception de la farine. Laissez reposer 30 minutes pour que les saveurs se mêlent bien.

Dans une poêle à frire, chauffez suffisamment d'huile pour recouvrir les boulettes de viande; portez-la à 180 °C (utilisez un thermomètre à friture). Roulez les boulettes dans la farine avant de les faire frire en les retournant à mi-cuisson. Égouttez-les sur du papier absorbant et servez aussitôt.

NOTE En Espagne, on prépare généralement ces boulettes avec de la viande de porc hachée, mais le bœuf convient très bien aussi. La recette suivante donne une quarantaine ou une cinquantaine de boulettes de 2-3 cm de diamètre. Servies comme tapas, les boulettes sont généralement accompagnées de mayonnaise à l'ail (voir page 59) ou réchauffée dans une riche sauce tomate (voir page 59).



Brochettes mauresques

Pinchos morunos

Pour 8 personnes

12 cl d'huile d'olive

1 cuill. à café de thym haché

1 cuill. à café de piment en poudre

1 cuill. à café de paprika

2 cuill. à café de cumin moulu

1 cuill. à café de poivre du moulin

1 cuill. à café de sel

1 cuill. à café de persil haché

500-750 g de viande de porc maigre

coupée en dés de 2 cm

Mélangez tous les ingrédients hormis la viande dans un grand saladier. Ajoutez la viande et mélangez soigneusement le tout. Couvrez et laissez mariner au réfrigérateur jusqu'au lendemain. Allumez le barbecue. Égouttez la viande et réservez la marinade. Enfilez les dés de viande sur des brochettes. Faites bouillir la marinade dans une petite casserole, puis réservez-la. Lorsque le barbecue est prêt, faites-y cuire la viande à votre convenance, en arrosant fréquemment les brochettes de marinade. Servez aussitôt.

Sangría

Cette boisson espagnole à base de vin rouge est le complément obligé d'un repas de tapas aussi bien que le rafraîchissement par excellence d'un après-midi ensoleillé. Attention toutefois, car c'est une boisson plus alcoolisée qu'il n'y paraît !

1 l de vin rouge moyennement corsé

18 cl de cognac

50 cl d'eau gazeuse

120 g de sucre semoule

1 orange découpée en tranches fines

6-8 fraises coupées en deux

Ajoutez le cognac dans le vin ainsi que le sucre et mélangez jusqu'à complète dissolution. Bien réfrigérez. Juste avant de servir, ajoutez l'eau gazeuse et les fruits.



Cuisses de poulet

Piernas de pollo

Pour 8 personnes

16 cuisses de poulet débarrassées de leur peau

farine pour enrober

huile d'olive (pour la friture)

1 oignon finement haché

1 cuill. à soupe d'ail haché

500 g de tomates en conserve

25 cl de bouillon de volaille

sel et poivre

Préchauffez le four à 150 °C/therm. 2. Roulez les cuisses de poulet dans la farine. Chauffez l'huile à feu modéré dans une poêle, puis faites dorer le poulet en le retournant fréquemment. Retirez la viande de la poêle et versez l'excédent d'huile. Remettez la poêle à feu modéré pour faire revenir l'ail et l'oignon jusqu'à ce que ce dernier soit translucide; poursuivez la cuisson pendant 15 minutes avec les tomates, retirez du feu et réduisez en purée au mixer avec le bouillon de volaille. Salez et poivrez.

Déposez les cuisses de poulet dans un plat creux; recouvrez de sauce tomate. Couvrez le plat de papier d'aluminium et faites cuire 1 heure au four. Retirez le papier d'aluminium, retournez le poulet dans la sauce, versez l'excédent de liquide et poursuivez la cuisson au four pendant environ 30 minutes. Servez lorsque le poulet est bien tendre.



Fruits de mer

Calmars à la romaine

Calamares a la romana

Pour 8 personnes

1 kg de calmars frais nettoyés (voir page 61)

farine pour enrober

4 œufs mélangés à 50 cl d'eau

chapelure pour enrober

huile de friture

La réussite de cette recette repose sur la température de l'huile et la rapidité de la cuisson. Il convient de frire les calmars à 180-200 °C pendant 1 minute au plus; de la sorte, les calmars restent tendres (si la cuisson se prolonge, ils ont tendance à devenir caoutchouteux). Sachez aussi que plus les calmars sont petits et plus ils ont des chances d'être tendres.

Versez 7-8 cm d'huile dans une poêle creuse. Portez-la à la température voulue (utilisez un thermomètre à friture). Tranchez les calmars en anneaux d'environ ½ cm de large. Roulez-les dans la farine, plongez-les dans la préparation à l'œuf puis enrobez-les de chapelure. Faites frire pendant 1 minute, égouttez sur du papier absorbant et servez aussitôt.



Crevettes grillées

Gambas a la plancha

Pour 8 personnes

8 gousses d'ail grossièrement hachées

12 cl d'huile d'olive

1 kg de grosses crevettes non décortiquées

persil haché pour garnir

mayonnaise à l'ail (voir page 59) pour accompagner

Huilez une grande poêle à frire, faites-la chauffer à feu assez vif, puis déposez une couche de crevettes au fond. Arrosez chaque crevette d'une cuillerée à café d'huile d'olive, ajoutez de l'ail et laissez cuire 2 minutes avant de retourner les crevettes, de les arroser d'un peu d'huile et de poursuivre la cuisson 2 minutes de plus (ne prolongez pas cette cuisson, car alors les crevettes deviendraient pâteuses).

Essuyez la poêle avec du papier absorbant et procédez de même jusqu'à ce que toutes les crevettes soient cuites (dans l'intervalle, mettez les crevettes déjà cuites dans le four tiède pour les garder chaudes). Parsemez de persil haché et servez avec une mayonnaise à l'ail.



CONSEILS L'expression *a la plancha* signifie que des ingrédients sont grillés, selon une méthode de cuisson couramment employée en Espagne. Dans une grande poêle à frire très lourde, légèrement huilée, en continuant d'ajouter de l'huile en cours de cuisson, on fait cuire quelques crevettes à la fois, de façon que chacune d'elles reste en contact avec le fond de la poêle. On déguste traditionnellement les crevettes sans qu'elles soient décortiquées à l'avance.



Crevettes à l'ail

Gambas al ajillo

Pour 8 personnes

8 gousses d'ail finement hachées

4 piments rouges épépinés et hachés

huile d'olive

**1 kg de grosses crevettes décortiquées
et nettoyées**

gros sel

Répartissez l'ail et les piments entre 8 ramequins allant au feu ; ajoutez suffisamment d'huile dans les ramequins pour que les crevettes en soient ensuite recouvertes. Chauffez à feu vif. Lorsque l'ail est bien doré, ajoutez les crevettes, faites cuire 1 minute puis retirez du feu. Saupoudrez de gros sel et servez aussitôt.

Queues de langouste farcies

Langosta rellena

Pour 8 personnes

8 queues de langouste de 100 g chacune

5 cl d'huile d'olive

2 oignons finement hachés

4 gousses d'ail finement hachées

1 cuill. à soupe de gingembre frais épluché et finement haché

2 cuill. à soupe de coriandre hachée, plus 2 cuill. à soupe de racines hachées

4 brins de ciboule finement hachés

12 cl de cognac

1 cuill. à soupe de paprika fort

2 cuill. à soupe de sauce pimentée (voir page 58)

4 poivrons rouges

250 g de tomates pelées puis réduites en purée

2 cuill. à soupe de vinaigre de vin

30 g de beurre

Retirez la chair des queues de langouste en laissant la carapace intacte. Faites blanchir les carapaces de 2 à 3 minutes dans une casserole d'eau bouillante. Égouttez et rincez soigneusement. Retirez la membrane externe coriace de la chair de langouste, puis coupez cette chair en oblique, en tranches de 1 ou 2 cm d'épaisseur.

Chauffez l'huile dans une casserole, à feu modéré, et faites revenir l'oignon, l'ail, le gingembre, les racines de coriandre et la partie blanche des brins de ciboule ; ajoutez le cognac puis le paprika, la sauce pimentée, les poivrons réduits en purée, la purée de tomate et le vinaigre ; laissez mijoter de 15 à 20 min.

Faites fondre le beurre dans une poêle à frire, puis faites revenir les tranches de langouste avec la partie verte de la ciboule et les feuilles de coriandre. Lorsque la langouste est à demi cuite (elle change de couleur), égouttez-la avant de la plonger dans la sauce ; faites mijoter jusqu'à ce que la langouste soit entièrement opaque, puis retirez-la de la sauce et déposez-la dans les carapaces. Nappez de sauce et servez aussitôt.



Beignets de poisson

Pescado frito

Pour 8 personnes

25 cl d'eau froide

125 g de farine de froment

60 g de Maïzena

1 pincée de sel

1 trait de jus de citron

1 jaune d'œuf

**500 g de daurade ou autre poisson
maigre**

huile de friture

farine pour enrober

Dans une jatte, fouettez l'eau, la farine de froment et la Maïzena jusqu'à obtention d'une pâte homogène. Lorsque vous plongez un doigt dans cette pâte, celle-ci doit s'écouler en laissant une fine couche sur le doigt. Sans cesser de battre, ajoutez le sel, le jus de citron et le jaune d'œuf. Couvrez et réfrigérez un quart d'heure environ.

Coupez le poisson en lamelles de 6 cm x 3 cm environ. Versez 7-8 cm d'huile dans une poêle creuse et portez-la à 200 °C (utilisez un thermomètre à friture). Roulez le poisson dans la farine puis enrobez de pâte. Faites frire les beignets ; lorsqu'ils sont bien dorés, égouttez-les sur du papier absorbant. Servez aussitôt.



Moules à la sauce tomate pimentée

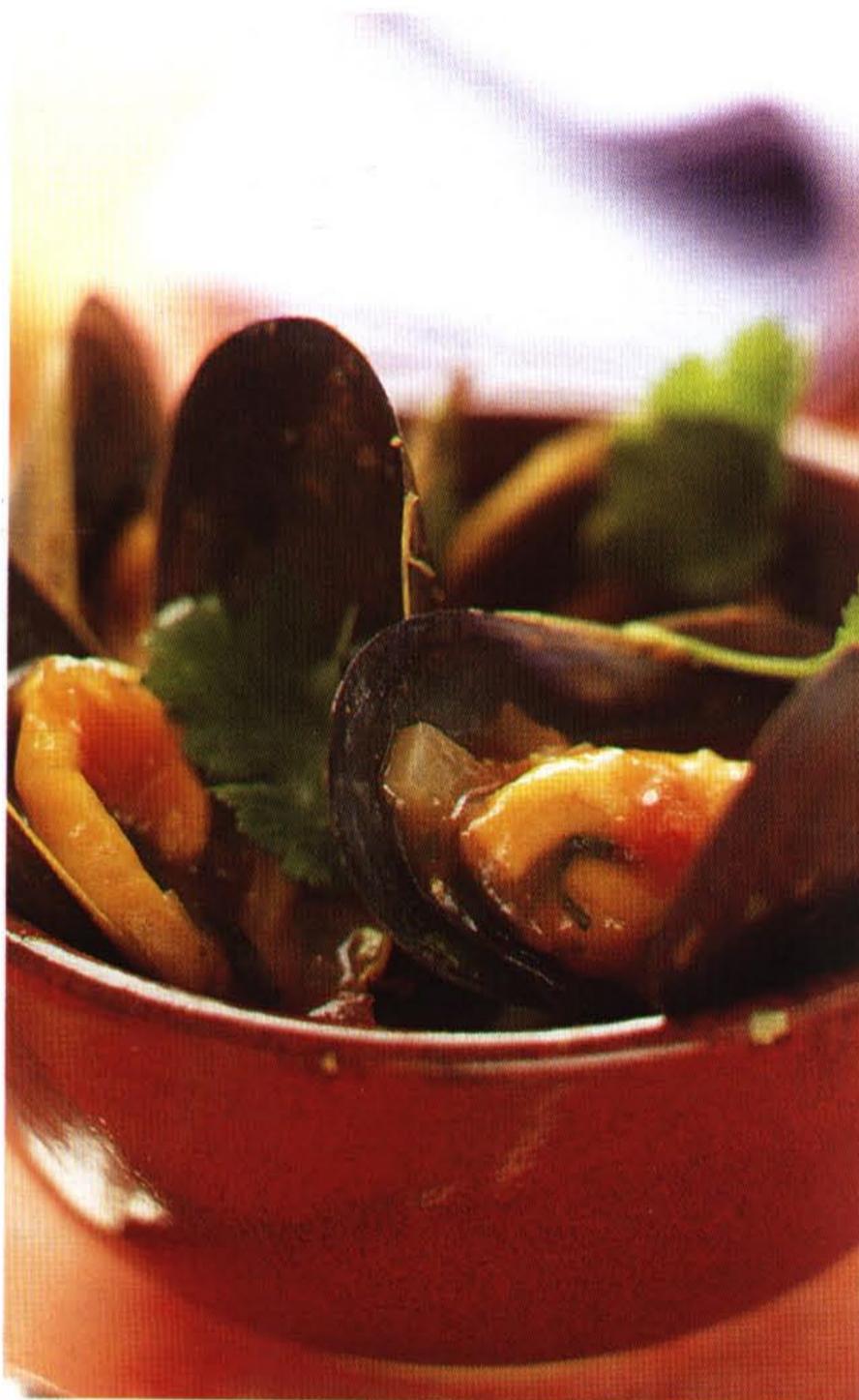
Mejillones en salsa picante de tomate

Pour 8 personnes

2 cuill. à soupe d'huile d'olive
2 oignons finement hachés
6 gousses d'ail finement hachées
1 cuill. à soupe de gingembre frais
épluché et finement haché
1 botte de coriandre, racines et feuilles
séparées et hachées finement
500 g de tomates en conserve réduites

en purée

1 cuill. à soupe de sauce pimentée
(voir pages 106-107)
30 cl de vin blanc sec
sel
1 kg de moules grattées et nettoyées
brins de coriandre pour garnir
poivron vert et poivron jaune coupés
en fines lanières pour garnir



Dans une grande cocotte, chauffez l'huile à feu modéré puis faites revenir l'oignon, l'ail, le gingembre et les racines de coriandre de 3 à 4 minutes. Ajoutez les tomates, la sauce pimentée et le vin, salez puis laissez mijoter une dizaine de minutes. Ajoutez les feuilles de coriandre et les moules, poussez le feu et couvrez la cocotte. Répartissez les moules ouvertes dans 8 bols. Ne laissez pas séjourner les moules ouvertes dans le jus, elles deviendraient coriaces. Il faut de 6 à 10 minutes pour que toutes les moules soient ouvertes. Au-delà de ce délai, jetez toutes celles qui restent fermées.

Versez la sauce sur les moules puis servez-les garnies de brins de coriandre et de lamelles de poivron.

Méli-mélo de fruits de mer

Zarzuela tapa

Pour 10 personnes

4 petits crabes de 125 g ou 500 g de chair de crabe

2 cuill. à soupe d'huile d'olive

1 oignon finement haché

4 gousses d'ail finement hachées

8 gambas non décortiquées

250 g de thon ou autre poisson à chair ferme (morue, par ex.) coupé en dés de 2 cm

25 cl de fumet de poisson

500 g de tomates en conserve

3 piments rouges, épépinés et hachés, ou 1 cuill. à soupe de sauce pimentée

(voir pages 58)

5 cl de cognac

12 cl de vin blanc sec

1 cuill. à soupe de persil haché

32 moules nettoyées

sel

Nettoyez les crabes et coupez-les au centre, de façon que chaque moitié porte une pince. Réservez

Chauffez l'huile à feu modéré dans une grande poêle à frire, faites revenir l'ail et l'oignon pendant 2 minutes, puis poursuivez la cuisson avec les crevettes, le crabe (s'il est cru) et les dés de poisson ; ajoutez la moitié du fumet de poisson et laissez mijoter. Retirez les fruits de mer à mesure qu'ils sont cuits. Quand tous les fruits de mer sont cuits, ajoutez le reste du fumet de poisson dans la poêle, ainsi que les tomates, les piments, le cognac, le vin et le persil ; laissez mijoter 10 minutes puis poursuivez la cuisson avec les moules, en les retirant au fur et à mesure qu'elles s'ouvrent et en jetant celles qui ne s'ouvrent pas.

Répartissez les moules entre 8 bols. Ajoutez le crabe (cuit ou cru), les crevettes et le poisson dans la sauce frémissante et laissez cuire 2 minutes. Répartissez la sauce et les fruits de mer dans les bols et servez aussitôt.



Sardines à l'escabèche piquante

Sardinas en escabeche picante

Pour 15-20 personnes

1 kg de sardines fraîches

huile d'olive pour la friture

farine salée et assaisonnée d'un peu

**de piment en poudre, pour enrober
escabèche**

1 l d'huile d'olive

**20 gousses d'ail écrasées mais non
épluchées**

2 gros oignons coupés en fines rondelles

1 cuill. à soupe de gingembre frais

épluché et émincé

1 cuill. à soupe de racine de coriandre

25 cl de purée de tomate

2 cuill. à soupe de concentré de tomate

75 cl de vinaigre

12 feuilles de laurier

**1 ou 2 cuill. à soupe de sauce pimentée
(voir page 58)**

2 cuill. à soupe de coriandre hachée

sel

**4 poivrons rouges grillés, pelés,
épépinés et coupés en lamelles
(voir page 12)**

Nettoyez les sardines ; coupez et jetez les têtes, puis rincez et séchez les poissons. Versez une bonne couche d'huile dans une poêle à frire, faites chauffer à feu modéré. Roulez les sardines dans la farine assaisonnée, secouez-les pour les débarrasser de l'excédent de farine avant de les faire dorer rapidement d'un côté puis de l'autre sans les cuire en profondeur. Égouttez les sardines sur du papier absorbant.

Pour préparer l'escabèche, chauffez l'huile dans une cocotte puis faites revenir l'ail, l'oignon, le gingembre et la racine de coriandre pendant 5 minutes ; incorporez la purée et le concentré ; le vinaigre, le laurier, la sauce pimentée et la coriandre, salez et laissez mijoter 30 minutes.

Pendant ce temps, déposez les sardines dans une jatte en inox ou en terre, en couches séparées par des couches de lamelles de poivron rouge. Versez la marinade sur les sardines, de façon à bien les couvrir toutes. Laissez refroidir puis couvrez et réfrigérez pendant au moins quatre jours avant de servir (les arêtes se seront complètement ramollies). Servez très froid.



Croquettes de poisson

Croquetas de pescado

Pour 12-15 personnes

100 g de beurre

125 g de farine

25 cl de lait

12 cl de vin blanc

2 cuill. à café de paprika fort

sel et poivre

300 g de filet de morue ou autre poisson à chair blanche

100 g de crevettes roses décortiquées, nettoyées et hachées

30 g de persil haché

100 g de moules cuites et hachées menu

farine pour enrober

2 œufs battus avec un peu d'eau

chapelure pour enrober

huile de friture



Faites fondre le beurre à feu doux dans une poêle, ajoutez la farine en remuant pendant 2-3 minutes; incorporez progressivement le lait et le vin, sans cesser de battre. Assaisonnez de paprika, salez et poivrez. Fouettez jusqu'à ce que la pâte soit homogène. Incorporez le poisson, les crevettes et le persil, faites cuire 5 minutes, retirez du feu et ajoutez les moules. Laissez refroidir puis réfrigérez au moins 3-4 heures (ou jusqu'au lendemain).

Façonnez des croquettes de 7-8 cm de

long et 2-3 cm de diamètre; roulez-les dans la farine, plongez-les dans l'œuf battu puis dans la chapelure. Pour un résultat optimal, réfrigérez-les au moins ½ heure.

Dans une poêle, chauffez assez d'huile pour recouvrir les croquettes. L'huile de friture est prête quand un dé de pain plongé dans l'huile chaude grésille instantanément. Faites dorer les croquettes, en les retournant à mi-cuisson. Égouttez-les sur du papier absorbant et servez aussitôt.

Salade de calmars et de poulpes

Ensalada de calamares y pulpo

Pour 8–10 personnes

1,5 kg de petits poulpes attendris
(voir glossaire)

1,5 kg de calmars

25 cl de vinaigre de vin blanc

1 oignon piqué de 12 clous de girofle

6 feuilles de laurier

12 grains de poivre blanc

1 cuill. à café de sel

1 cuill. à soupe d'aneth frais finement haché

25 cl d'huile d'olive

12 cl de jus de citron

feuilles de laitue pour servir

quartiers de citron pour servir

poivre du moulin



Nettoyez les poulpes (retirez et jetez les têtes). Nettoyez soigneusement les calmars, en jetant les têtes mais en conservant les tentacules. Dans une grand cocotte, portez 3-4 litres d'eau à ébullition, ajoutez le vinaigre, l'oignon piqué de clous de girofle, le laurier, le poivre en grains et le sel; laissez bouillir 10 minutes avant de faire cuire les calmars et les poulpes. Lorsqu'ils sont bien tendres (après 20-30 minutes de cuisson), retirez-les du bouillon et passez-les à l'eau froide. Retirez les peaux, jetez le contenu de la cocotte, coupez les poulpes et les tentacules des calmars en tronçons et

les tubes des calmars en anneaux très minces.

Dans une jatte en verre ou en céramique, mélangez calmars et poulpes avec l'aneth, l'huile d'olive et le jus de citron. Couvrez et laissez mariner au réfrigérateur jusqu'au lendemain. Servez sur un lit de laitue, saupoudré de poivre et garni de quartiers de citron.

Plateau d'huîtres

Plato variado de ostras

Pour 6 personnes

sel gemme

36 huîtres ouvertes

3 cuill. à café d'œufs de lump rouges

3 cuill. à café d'œufs de lump noirs

1 cocktail Bloody Mary (vodka-tomate)

1 citron vert coupé en deux

poivre gris du moulin

12 cl de sauce béchamel

125 g de fromage râpé

3 cuill. à café de parmesan râpé

60 g d'épinards frais finement hachés

1 cuill. à soupe de petits lardons

3 cuill. à café de sauce Worcestershire

brins de persil pour garnir

quartiers de citron pour garnir

Disposez 18 huîtres sur le plateau. Déposez $\frac{1}{2}$ cuillerée à café d'œufs de lump rouges sur 6 huîtres, de façon à les recouvrir à demi, puis $\frac{1}{2}$ cuillerée à café d'œufs de lump noirs sur l'autre moitié de ces 6 huîtres. Recouvrez 6 autres huîtres de cocktail Bloody Mary, puis arrosez les 6 dernières huîtres de jus de citron vert avant de les saupoudrer d'un peu de poivre.

Placez les 18 huîtres restantes sur la lèchefrite. Dans une casserole, mélangez la moitié de la béchamel avec la moitié du fromage râpé. Chauffez à feu doux, en remuant de temps à autre ; lorsque le fromage a fondu, versez des cuillerées de cette préparation sur 6 huîtres, puis recouvrez de parmesan.

Faites blanchir les épinards (2 minutes dans l'eau bouillante) puis égouttez-les et pressez-les pour en exprimer le jus. Dans une casserole, mélangez les épinards avec le reste de la béchamel et du fromage râpé. Chauffez à feu doux, en remuant de temps à autre. Lorsque le fromage a fondu, versez des cuillerées de cette sauce sur 6 autres huîtres. Déposez des petits lardons sur les 6 dernières huîtres puis arrosez-les d'un peu de sauce Worcestershire.

Placez la lèchefrite sous le gril chaud jusqu'à ce que les sauces des huîtres dorent et bouillonnent. Déposez ces huîtres avec les autres sur le plateau. Servez garni de brins de persil et de quartiers de citron.



Sauces

Les sauces présentées ci-dessous sont les compléments indispensables des tapas. La sauce tomate (*salsa de tomate*) et la mayonnaise (*salsa mayonesa*) constituent l'accompagnement traditionnel, dont les ingrédients se retrouvent dans nombre de recettes d'Espagne.

Sauce pimentée

Pour 40 cl de sauce

500 g de piments rouges

60 cl d'eau

1 cuill. à soupe de vinaigre de vin blanc

1 cuill. à café de sucre semoule

2 cuill. à soupe d'huile d'arachide

12 cl d'eau bouillante

Retirez les tiges des piments, ainsi que les pépins si vous ne souhaitez pas que la sauce soit trop forte. Dans une casserole, mettez les piments dans

l'eau, portez à ébullition, couvrez, réduisez le feu puis laissez mijoter une quinzaine de minutes. Lorsque les piments sont bien tendres, égouttez-les puis réduisez-les en purée avant d'ajouter le vinaigre, le sucre, l'huile d'arachide et l'eau bouillante dans le bol du robot ménager pour obtenir une sauce homogène. Versez dans des bocaux stérilisés, que vous fermerez hermétiquement. Cette sauce se conserve un mois au réfrigérateur.

Sauce pimentée aigre-douce

Pour 75 cl de sauce environ

1 cuill. à soupe de sauce pimentée

1 cuill. à soupe de cassonade

2 cuill. à soupe de sucre semoule

75 cl de vinaigre de vin blanc

Mélangez tous les ingrédients dans une casserole, faites bouillir une dizaine de minutes puis laissez refroidir. Cette sauce se conserve jusqu'à trois mois au réfrigérateur.

Mayonnaise et mayonnaise à l'ail

Pour 75 cl de mayonnaise

3 jaunes d'œufs

1 cuill. à soupe de vinaigre de vin blanc

1 pincée de sucre en poudre

1 cuill. à soupe de moutarde

sel et poivre

50 cl d'huile d'olive

1 cuill. à café de jus de citron

Mélangez les jaunes d'œufs, le vinaigre, la moutarde, le sucre, le sel et le poivre dans une grande jatte, puis battez le tout au fouet électrique. Incorporez progressivement l'huile, quelques gouttes à la fois tout d'abord, puis en mince filet à mesure que la mayonnaise monte. Incorporez le jus

de citron, goûtez et rectifiez éventuellement l'assaisonnement.

Si vous préparez la mayonnaise au robot ménager, versez d'abord les jaunes d'œufs dans le bol du robot puis faites fonctionner celui-ci tout en versant doucement l'huile. Lorsque la mayonnaise commence à monter, incorporez alternativement l'huile et les autres ingrédients; goûtez et rectifiez l'assaisonnement.

Pour la mayonnaise aillée, ajoutez au moins deux gousses d'ail émincées à la préparation avant de verser l'huile.

Sauce tomate

Pour 75 cl de sauce

2 gousses d'ail pressées

1 oignon haché menu

huile d'olive

**500 g de tomates en conserve
réduites en purée**

2 ou 3 feuilles de laurier

sel et poivre du moulin

**herbes aromatiques : thym par exemple
(facultatif)**

Faites tiédir un peu d'huile d'olive dans une poêle, à feu modéré, puis faites revenir l'ail et l'oignon; lorsque ceux-ci sont translucides, ajoutez la purée de tomate, le laurier, éventuellement les herbes aromatiques, salez et poivrez puis laissez mijoter ½ heure à feu doux.

Glossaire

CALMARS Il vaut la peine de dépenser davantage pour acheter de petits calmars frais plutôt que des mollusques surgelés. Il vous faudra les nettoyer vous-même, mais vous en serez récompensé par une saveur incomparablement meilleure. Retirez la tête et les intestins qui y sont attachés hors du corps tubulaire. Retirez et jetez la plume. Coupez les « ailes » si vous le souhaitez, et retirez les yeux et le bec. Détachez la peau avec les doigts. Utilisez le tube et les tentacules comme indiqué dans les recettes après les avoir rincés à l'eau froide.

CHORIZO Cette saucisse de porc plus ou moins pimentée doit sa coloration orangée au paprika. Ses usages sont multiples ; on consomme le plus souvent le chorizo débité en rondelles, froid ou chaud, accompagné de pain. Le chorizo espagnol ou portugais se trouve sans problème dans la plupart des charcuteries et des magasins d'alimentation.

COGNAC Plusieurs recettes de ce livre comprennent du cognac. Si vous trouvez une bonne eau-de-vie espagnole, ce sera parfait, sinon un bon cognac convient tout à fait. Évitez d'employer un eau-de-vie de piètre qualité, car toute la saveur du mets risquerait d'en être gâtée.

HUILE D'OLIVE Chaque fois qu'une recette comprend de l'huile d'olive, utilisez une huile d'Espagne, dont la saveur particulière joue un rôle important dans la réussite de nombre des spécialités figurant dans ce livre.

PALOURDES La plupart des recettes de tapas font appel à de petites palourdes. Si vous ne parvenez pas à vous en procurer, utilisez des coquillages plus gros et réduisez la quantité des autres ingrédients de la recette. Attention toutefois : les grosses palourdes sont plus coriaces que les petites.

PIMENTS FORTS Les tapas font un usage abondant des piments rouges, le plus souvent utilisés sous forme séchée pour relever un plat. Ils n'ont pas pour fonction

de rendre les mets exagérément épicés, mais je dois reconnaître que j'ai tendance à avoir la main lourde ; c'est là une préférence personnelle, mais j'ai constaté que mon goût des plats épicés était très largement partagé. Plutôt que d'employer des piments frais ou séchés, je fais fréquemment appel à une sauce pimentée originaire d'Indonésie, à base de piments rouges, de sel et de vinaigre. Le meilleur moyen d'avoir du piment à portée de main consiste à conserver un bocal de sauce pimentée au réfrigérateur. Elle se garde presque indéfiniment, possède une saveur merveilleuse et se trouve dans maintes boutiques de produits exotiques.

POULPE Si vous ne pouvez vous procurer de petits poulpes attendris ou si vous disposez de pieuvres fraîches plus grosses, suivez la méthode ci-dessous. En tenant fermement le poulpe, battez-le ou projetez-le avec force contre une surface dure (du béton, par exemple), à une trentaine ou une quarantaine de reprises. Nettoyez soigneusement chaque poulpe et jetez la tête. Retirez et jetez le « bec » au centre du poulpe ainsi que 2 cm à l'extrémité des tentacules.

Portez à ébullition une grande casserole d'eau ; plongez le poulpe pendant 30 secondes dans l'eau bouillante puis retirez-le. Lorsque l'eau se remet à bouillir, recommencez l'opération. Procédez ainsi 3 fois de plus, puis ajoutez pour 2 litres d'eau un oignon épluché piqué de 6 clous de girofle, 1 feuille de laurier, 6 grains de poivre blanc et 2 cuillères à soupe de vinaigre. Plongez le poulpe dans l'eau chaude et laissez mijoter à feu modéré. Le temps de cuisson (jusqu'à 3 heures) dépend de la tendreté et de l'épaisseur des tentacules. Égouttez le poulpe cuit et coupez les tentacules en oblique, en tronçons de la grosseur d'une bouchée.

SERRANO Le serrano et le jamón serrano sont des jambons crus de très grande qualité provenant des régions montagneuses d'Espagne. Vous pouvez les remplacer par d'autres jambons crus de premier choix.

TOCINO Cette spécialité charcutière espagnole rappelle le bacon. Si vous ne pouvez vous en procurer, utilisez du bacon, du lard fumé ou de la pancetta.

TOMATES Lorsque les tomates en grappe de qualité ne sont pas de saison, j'utilise toujours des tomates en conserve de premier choix, dont la saveur est excellente.

Index

- Aceitunas aliadas* 10, 10
Albóndigas 36, 37
Alcachofas rellenas 14, 15
Artichauts farcis 14, 15
Aubergines
 au parmesan 17, 17
 farcies 16
- Beignets
 de légumes 22, 22
 de poisson 48, 48
Berenjenas con queso 17, 17
 rellenas 16
Boulettes de viande 36, 37
Brochettes mauresques 38, 39
- Calamares a la romana* 42, 43
Calamares y pulpo, ensalada de 55, 55
Calmars
 à la romaine 42, 43
 salade de 55, 55
Champignons
 à l'ail 21
 au bacon 21
 farcis 20, 20
Champiñones al ajillo 21
 con tocino 21
 rellenos 20, 20
Courgettes (tortilla aux) 34, 34
Crevettes
 à l'ail 45, 45
 grillées 44, 44
 tortilla épicée aux 28, 29
Croquetas de pescado 54, 54
Croquettes de poisson 54, 54
Cuisses de poulet 40, 41
- Empanada 8, 9
Empanadas
 de chorizo et d'olive 27, 27
 de chorizo y aceitunas 27, 27
 de espinacas 24, 25
 de mariscos picantes 28, 29
 de pescado 26, 26
 d'épinards 24, 24
 de poisson 26, 26
Ensalada de calamares y pulpo 55, 55
Ensaladilla 19, 19
Épinards (empanadas d') 24, 25
- Fruits de mer
 empanadas épicées aux 28, 29
 méli-mélo de 50, 51
- Gambas, voir Crevettes
Gambas al ajillo 45, 45
 a la plancha 44, 44
- Huevos a la flamenca* 30, 31
 duros picantes 32, 32
 duros rellenos 33, 33
Huîtres (plateau d') 56, 57
- Langosta rellena* 46, 47
Langouste (queues de langouste farcies)
 46, 47
- Mayonnaise 59
Mejillones en salsa picante de tomate
 49, 49
Moules à la sauce tomate pimentée 49,
 49
- Œufs
 à l'andalouse 30, 31
 durs épicés 32, 32
 farcis au saumon 33, 33
Olives
 marinées 10-11, 10, 11
 noires 10, 10
 piquantes 11
 vertes 10, 10

INDEX

- Ostras, plato variado de* 56, 57
- Patatas bravas* 18, 18
- Pescado frito* 48, 48
- Piernas de pollo* 40, 41
- Pimientos asados* 12, 12–13
- rellenos* 23, 23
- Pinchos morunos* 38, 39
- Plato variado de ostras* 56, 57
- Poisson
- beignets de 48
- empanadas de 26, 26
- sardines à l'escabèche piquante 52, 53
- Poivrons
- farcis 23, 23
- grillés 12, 12–13
- Pommes de terre
- à la sauce épicée 18, 18
- salade de 19, 19
- Poulet (cuisses de) 40, 41
- Poulpe (salade de calmars et de) 55, 55
- Sangría 38
- Salade
- de calmars et de poulpes 55
- de pommes de terre 19, 19
- Sardinas en escabeche picante* 52, 53
- Sardines à l'escabèche piquante 52, 53
- Sauce
- tomate 59
- pimentée 58
- pimentée aigre-douce 58
- Saumon (œufs farcis au) 33, 33
- Thon (œufs au thon-mayonnaise) 33
- Tomate (sauce) 59
- Tortilla
- aux courgettes 34, 34
- épicée aux crevettes 35, 35
- Tortilla*
- de calabacines* 34, 34
- de gambas picantes* 35, 35
- Verduras fritas* 22, 22
- Viande (boulettes de) 36, 37
- Vin, voir Sangría
- Zarzuela tapa* 50

Couverture: Tortilla épicée aux crevettes, voir page 35

Illustration de la page 2: Tortilla aux courgettes, voir page 34

Illustration de la page 4: Salade de pommes de terre, voir page 19

Édition originale :

Direction éditoriale : Deborah Nixon

Texte : Richard Tapper

Photographies : Vicki Liley

Maquette : Avril Makula

Fabrication : Sally Stokes

Coordination : Kate Merrifield

© 2002 Lansdowne Publishing Pty Ltd, Sydney, Australie

Édition française :

Traduction/adaptation : Nicolas Blot

Coordination éditoriale : Philippe Brunet

Réalisation : PHB Services d'édition

© 2002 Éditions Soline, Courbevoie, France

Tous droits réservés. Toute reproduction, même partielle, de cet ouvrage est interdite sans l'autorisation écrite de l'éditeur. Une copie ou une reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait une contrefaçon passible de peines prévues par la loi sur la protection des droits d'auteur.

ISBN : 2-87677-459-3

Dépôt légal : septembre 2002

Imprimé à Singapour

Un formidable recueil de recettes traditionnelles
et contemporaines, des plus simples aux plus élaborées.

Il vous suffit de passer devant un restaurant espagnol
et vous sentirez de délicieux arômes aiguïser votre appétit.
Il n'est pas nécessaire cependant d'aller dans une bodega
pour savourer les merveilleuses tapas : il est si facile
désormais, grâce à ce livre aussi riche que facile
d'utilisation, de créer soi-même un formidable assortiment
de mets à base de légumes, de viandes, de poissons
et fruits de mer...

Des instructions claires pour la préparation des ingrédients
Des recettes détaillées pas à pas
Des photographies explicatives
Un glossaire des ingrédients

SUSHI, FONDUES, LÉGUMES sont les autres ouvrages
d'une collection propre à inspirer de merveilleuses
expériences culinaires.



ISBN 2-87677-459-3

