



ATELIER-CUISINE 3 ET 4 OCTOBRE 2016 « VACANCES AU PORTUGAL »

CALDO VERDE

Ingrédients pour 4 personnes

- 1,5 litre d'eau
- 500 gr de pommes de terre coupées en dés
- 1 gros oignon coupé en cube
- 300 gr de chou vert coupé en julienne
- 1,5 dl d'huile d'olive
- ½ chorizo coupé en rondelles
- 4 tranches de pain de maïs
- sel, poivre



Préparation

Mettez l'eau à bouillir, salez, ajoutez les pommes de terre et les oignons, laissez bouillir 15 minutes puis mixez. Rincez et égouttez les lanières de chou, ajoutez-les à la soupe et cuire 10 minutes sans couvrir. Ajoutez l'huile d'olive et portez rapidement à ébullition. Servez dans des bols, répartissez les rondelles de chorizo, accompagnez avec le pain au maïs.

BACALHAU A BRAS

Ingrédients pour 4 personnes

- 400 gr de morue
- 4 œufs
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- ½ botte de persil
- 8 pommes de terre
- 16 olives noires
- huile de friture
- 1 feuille de laurier
- sel et poivre



Préparation

Faites dessaler la morue. Enlevez la peau et les arrêtes et effeuillez-là avec une fourchette. Épluchez les pommes de terre et taillez-les en allumettes (1mm/1mm) ou râpez-les avec une râpe à grosses dents, faites les frire 4 à 5 minutes et égouttez-les sur du papier absorbant. Détaillez les oignons en rondelles fines et hachez l'ail finement. Dans une poêle ou une sauteuse, faites suer les oignons, l'ail, ajoutez la morue effilochée et la feuille de laurier. Faites cuire 1 dizaine de minutes puis ajoutez les pommes frites, remuez encore 1 à 2 minutes. Ajoutez les œufs battus, salez et poivrez et cuire comme des œufs brouillés. Enlevez la feuille de laurier ajoutez le persil ciselé et les olives noires. Servez très chaud.

PASTEIS DE NATA

Ingrédients pour 24 pasteis

- 700 gr de pâte feuilletée
- 50 gr de beurre

Pour la crème :

- 65 gr de farine
- 520 ml de lait ½ écrémé frais
- 440 gr de sucre
- 250 ml d'eau



- 175 gr de jaunes d'œufs
- 1 bâton de cannelle
- 1 pelure de citron jaune non traité
- 1 cuillère à café d'extrait de vanille liquide
- 1 bonne pincée de sel

Préparation

Prélevez la pelure de citron sans la partie blanche, mettez-la dans une casserole avec la cannelle, le sel et le sucre. Ajoutez l'eau et la vanille, portez à ébullition et faites monter la température du sirop à 105°.

Mélangez la farine avec le lait en évitant de faire des grumeaux, portez à ébullition tout en fouettant sur feu doux, la crème s'épaissit et une fois que cela bout, c'est prêt. Sans attendre car sinon une peau se forme, versez le sirop tout en mélangeant. Une fois bien incorporé, ne mélangez plus (laissez le citron et la cannelle), laissez tiédir une bonne demi-heure puis ajoutez les jaunes d'œufs, une fois que cela est bon, ne fouettez plus la crème sauf juste avant de la verser dans les moules.

Étalez votre pâte feuilletée, avec un pinceau imbibe-la légèrement avec de l'eau froide sur toute sa surface, s'il y a trop d'eau, épongez-la avec un papier absorbant sinon la pâte ne collera pas en s'enroulant il faut qu'elle soit juste collante. Enroulez-la sur elle-même en serrant bien et en faisant attention à ne pas avoir d'air entre les plis. Faites chauffer un peu de beurre et badigeonnez le rouleau de pâte et enveloppez-le dans du film étirable et réservez au frais.

Graissez les moules à pasteis. Préchauffez le four à 240°. Coupez la pâte en morceaux de 1,5 à 2 cm d'épaisseur, placez-les à plat dans les moules. Commencez à faire coïncider le bord de la pâte au bord évasé du moule, puis avec vos pouces poussez la pâte vers le haut tout en tournant le moule jusqu'à amener le feuilletage jusqu'au bord haut du moule. Remplissez avec la crème et faites cuire 10 à 15 minutes, il faut que la surface soit bien gonflée et caramélisée, la pâte doit être cuite. Démoulez-les délicatement et laissez-les refroidir au moins une demi-heure Servez-les tiède saupoudrés de cannelle en poudre.