



Tzatziki

RECETTE GRECQUE



Ingédients :

500 ml yaourt grec
1 gros concombre
3 gousse d'ail
persil ciselé
menthe ciselée
1 filet d'huile d'olive
sel, poivre

Préparation :

Battez le yaourt en crème, ajoutez-y le concombre pelé, râpé et fortement égoutté dans un torchon pour éliminer les liquides végétaux, l'ail finement râpé, l'huile, le persil et la menthe ciselés, un peu de sel et une pincée de poivre.

Laissez-en attente au froid pendant au moins 1 heure. Servez bien frais.

Conseil : mangez le tzatziki sur du pain ou accompagné de bâtonnets de crudités.





Goulash

RECETTE HONGROISE



Ingrédients :

1,5 kg de paleron détaillé en gros cubes

250 g d'oignons

100 g de beurre

500 g de tomates

1 gousse d'ail

1 bouquet garni

1 kg de pommes de terre roseval

1 cs de paprika doux

250 g de crème fraîche liquide

1 citron

Sel

Poivre

Préparation :

Epluchez l'ail, épluchez et émincez les oignons en rondelles. Pelez et épépinez les tomates. Epluchez et coupez les pommes de terre en deux ou en quatre. Faites fondre 100 grammes de beurre dans une cocotte et faites revenir la viande et les oignons jusqu'à ce qu'ils colorent légèrement. Saupoudrez alors de paprika et laissez dorer quelques minutes avant d'ajouter les tomates, l'ail, le bouquet garni ficelé, du sel et du poivre. Mouillez avec un peu d'eau à hauteur de la viande et portez à ébullition avant de réduire le feu et de laisser mijoter 2 heures. Lorsque la viande a bien mijoté, ajoutez les pommes de terre ainsi que 20 centilitres d'eau bouillante. Portez de nouveau à ébullition puis baissez le feu et laissez cuire jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres. Avant de servir, ôtez le bouquet garni. Servez la goulache accompagnée d'un bol de crème liquide mélangée avec le jus de citron. Chaque convive ajoutera un peu de cette crème aigre dans son assiette.





Pierogi

RECETTE POLONAISE



Ingédients :

Pour la pâte :

300 g de farine
150 g de beurre
2 oeufs
1 pincée de sel
Eau
Persil

Pour la farce :

200 g de fromage blanc bien égoutté
100 g de beurre
300 g de purée de pommes de terre
Poivre
Sel

Préparation :

Préparer la pâte : disposer la farine dans une terrine, en creusant une fontaine au milieu, couper le beurre en petits morceaux, casser les 2 oeufs, mettre le beurre, oeufs et sel au centre de la fontaine, mélanger tous les éléments avec la farine pour obtenir une pâte souple.

Rouler cette pâte plusieurs fois au rouleau.

Préparer la farce : mettre le fromage blanc dans une terrine, la purée de pommes de terre, sel, poivre, le persil et la noix de muscade. Bien mélanger.

Saupoudrer de farine le plan de travail, poser dessus la pâte et l'abaisser sur une épaisseur de 3 millimètres.

Découper cette pâte en disques de 6 à 8 cm de diamètre. Poser sur la moitié de chaque disque la farce au fromage blanc, replier le disque pour former un chausson, mouiller les bords et pincer pour souder.

Faire chauffer une casserole d'eau et plonger les chaussons dans l'eau bouillante environ 5 min.

Egoutter dès la sortie sur un papier absorbant.

On peut conserver les pierogis au frais dans le réfrigérateur, il suffira de les griller à la poêle avec du beurre, servir immédiatement les pierogis bien chauds.





Sarmale

RECETTE ROUMAINE



Ingrédients :

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1 beau chou blanc | 1 pot de yaourt |
| 250 g de boeuf haché | 8 petites bardes de lard gras |
| 250 g de porc haché | 1 petite boîte de tomates concassées |
| 100 g de lard gras haché | 2 dl de crème fraîche |
| 1 poivron rouge | 1/2 citron |
| un peu de cerfeuil de ciboulette et de persil | 75 g de saindoux |
| 50 g de riz | sel |
| 1/2 bulbe de fenouil | poivre |
| 200 g de choucroute | 2 oeufs |

Préparation :

Nettoyez le chou en retirant les feuilles fanées, puis détachez délicatement les feuilles en essayant de ne pas les briser; lavez les feuilles et égouttez-les. Faites bouillir une casserole d'eau salée; jetez-y les feuilles de chou, laissez-les bouillir 3 minutes puis passez-les sous l'eau froide et égouttez-les. Faites bouillir une autre casserole d'eau salée, jetez-y le riz, laissez-le cuire pendant 16 minutes, puis passez-le à l'eau. Lavez les herbes et hachez-les; retirez la tige et les pépins du poivron, puis taillez-le en petits dés; épluchez le fenouil. Faites chauffer le saindoux dans une casserole; lorsqu'il est chaud, faites-y revenir (dorer) les viandes et le lard haché; ajoutez ensuite le poivron, le fenouil, les fines herbes et le yaourt; salez, poivrez et retirez du feu. Lorsque la farce commence à refroidir, ajoutez-y la choucroute, les oeufs et le riz; mélangez bien. Faites chauffer le four à température très modérée (200); pressez le demi-citron. Etalez les feuilles de chou sur la table de façon à faire 8 carrés de 8 à 10 centimètres de côté; disposez la farce sur les feuilles de chou, roulez-les, puis enveloppez chaque rouleau dans une bande de lard; maintenez les rouleaux fermés à l'aide de pique-olives en bois. Rangez les feuilles farcies dans un joli plat creux pouvant aller au four; versez dessus les tomates concassées, arrosez avec la crème et le jus de citron. Glissez le plat dans le four chaud et laissez cuire de 45 à 55 minutes, en arrosant de temps en temps. Servez soit chaud, dès la sortie du four, soit froid, en hors-d'oeuvre.

