

RECETTES ET PLATS INNOVANTS DE LA GASTRONOMIE SICILIENNE ET TUNISIENNE

(Rosa, Origanum, Capparis)





PREFACE

Cet opuscle est la consécration d'une coopération, initiée depuis 2019, entre l'Agence de la Vulgarisation et de la Formation Agricoles (AVFA), l'Institut National de Recherches en Génie Rural, Eaux et Forêts (INRGREF) et la Banque Nationale des Gènes (BNG) dans le cadre du projet transfrontalier ESPAS : Valorisation des espèces végétales autochtones siciliennes et tunisiennes avec un intérêt nutritif et bon pour la santé. Ledit projet a pour objectif la conservation, la multiplication et la valorisation des espèces végétales autochtones. Les espèces identifiées sont : *Asparagus*, *Rosa*, *Origanum*, *Capparis*. Du côté italien, le consortium regroupe les partenaires suivants : Promimpresa, Geopark, et CREA.

Ce document présente des recettes et plats innovants de la gastronomie Sicilienne et Tunisienne à base des espèces végétales susmentionnées. Il vise la dissémination des innovations gastronomiques qui valorisent nos bio-ressources autochtones. Ainsi, le projet contribue à la conservation de la biodiversité et vise la création de nouvelles chaînes de valeurs à même de créer la valeur ajoutée et les emplois décents tout en fixant les jeunes dans leurs territoires.

Les membres du consortium tiennent à remercier vivement Monsieur Ahmed Djemal, Directeur Général de l'Agence de la Formation dans les Métiers du Tourisme (AFMT) pour son précieux appui à l'organisation du concours des meilleures recettes innovantes à l'Institut de Formation dans les Métiers de Tourisme à Hammamet. Les apprenants de l'AFMT ont prouvé qu'ils sont pétris de talents. Bravo à eux et à leurs chefs encadreurs.

Conception et mise en page : CREATIS-Ben Hassine Omar
 Photos des plats Tunisiens : Ben Hassine Omar
<https://www.projetespas.eu/>
 Cette publication a été financée par le projet ESPAS
 Programme IEV de coopération transfrontalière Italie-Tunisie 2014-2020



Le contenu de ce document relève de la seule responsabilité du projet ESPAS et ne peut en aucun cas être considéré comme reflétant la position de l'Union Européenne ou celle des des structures de gestion du programme.

SOMMAIRE

Recettes classiques Tunisienne

Tajine Sleta.....06

Brikdannouni.....07

Tajine merguez.....11

Sder.....13

Recettes revisitées et innovantes

Bavarois de caille aux délices du printemps. Jus au miel et Marjolaine et Malthouth à l'eau d'égline.....17

Eclosion Gustative.....19

Hout ilel tazaetart Adrar.....21

Zriga revisitée.....23

Roulé de dinde à la gruyère avec sauce câpre.....25

Filet de daurade à la tapenade de Câpre roulé de légumes farcis.....27

Recettes traditionnelles Siciliennes

Quenelle ricotta et Origan.....29

Morue avec mousse d'asperges et oignons.....30

Fettuccine citron et câpres.....31

Mousse de ricotta aux baies d'égline.....32





*Recettes
Traditionnelles
Tunisiennes*

Tajine Slata



4 pax



**Préparation
30 min**



**Cuisson
20 min**

Ingrédients :

Poivrons doux.....	250g
Poivrons forts.....	250g
Tomates fraîches.....	200g
Oignons.....	100g
Ail.....	20g
Câpres.....	50g
Citron confit au sel.....	50g
Thon.....	100g
Œufs.....	6pc
Fromagegouda.....	100g
Huile d'olive.....	5cl
Sel.....	Pm



Etape 1 :

- Faire griller tous les légumes (tomates, poivrons, ail et oignons) sur un grille à charbon.
- Enlever la peau puis les pépins de poivrons et des tomates. Bien hacher.
- Hacher aussi l'oignon et l'ail et mettre le tout dans un saladier.

Etape 2 :

- Cuire deux œufs durs, les écaler et les couper en petits dés.
- Mélanger avec les légumes grillés et ajouter le thon émietté, le fromage râpé, les câpres et un zeste de citron confit en petits dés.
- Ajouter du sel si nécessaire.

Etape 3 :

- Casser 4 œufs dans la farce, bien mélanger.
- Dans une plaque allant au four, verser un peu d'huile d'olive et faire chauffer sur le feu, ensuite verser dessus le mélange du tajine et mettre à cuire au four à 180°C pendant 20mn. (Les œufs doivent être complètement bien cuits).
- On peut faire cuire le tajine dans une plaque avec du papier cuisson.



*Tajine Slata
Recette Traditionnelle*

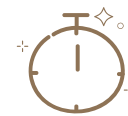
Brik dannouni



4 pax



Préparation
15 min



Cuisson
45 min

Ingrédients :

Semoule fine.....	200g
Semoule moyenne.....	200g
Beurre.....	25g
Huile.....	1l
Viande de bœuf.....	150g
Fromage gouda.....	50g
Œufs.....	4pcs
Câpres.....	25g
Citron confit au sel.....	100g
Oignon.....	50g
Sel.....	Pm
Poivre moulu.....	Pm

Etape 1 : Préparer la pâte

- Dans un saladier, verser la semoule fine et moyenne, ajouter 8g de sel, le beurre fondu et 10 cl d'huile, bien mélanger le tout.
- Ajouter 150cl d'eau et bien mélanger sans pétrir. Laisser reposer.

Etape 2 : Préparer la farce

- Dans une marmite verser un peu d'huile, faire chauffer et suer l'oignon émincé.
- Ajouter la viande en petit cube, assaisonner avec du sel et poivre. Mouiller avec un peu d'eau et laisser cuire.
- Cuire 2 œufs durs, et les faire hacher.
- A la fin de la cuisson, hacher la viande, ajouter les œufs durs, le fromage râpé, les œufs crus, les câpres et le zeste du citron confit en petits dés. Bien mélanger le tout.
- Vérifier l'assaisonnement.

Etape 3 : Réaliser et cuire les Brik Dannouni :

- Etaler la pâte avec un rouleau de pâtisserie de 0.5cm d'épaisseur.
- Avec un emporte-pièce de 8cm de diamètre couper des cercles de pâte.
- Mettre un peu de farce au milieu des cercles de pâte, plier en deux et bien fermer les bords en les pinçant.
- Chauffer l'huile dans une poêle et faire frire les briks Dannouni.
- Laisser dorer et mettre sur du papier sulfurisé.

Brik dannouni
Recette Traditionnelle

Tajine Merguez



4 pax



Préparation
30 min



Cuisson
30 min

Ingrédients :

Viande hachée.....	300g
Menthe séchée.....	25g
Coriandre.....	1g
Sel.....	5g
Poivre noire moulu.....	3g
Paprika.....	5g
Huile.....	20cl
Tomates fraîches.....	600g
Poivrons verts.....	2pcs
Câpres.....	30g
Citron confit au sel.....	50g
Pommes de terre.....	30g
Persil haché.....	10g
Œufs.....	2pcs



Etape 1 :

1. Mettre la viande hachée dans un bol et assaisonner de sel, poivre, menthe séchée en poudre, coriandre et paprika; ajouter une cuillère à soupe d'eau et bien mélanger le tout.
2. Prendre une boule de viande de 30 gr et lui donner la forme du Merguez.
3. Mixer les tomates fraîches en purée.
4. Couper les poivrons en lanières de 1.5cm
5. Dessaler les câpres, enlever la pulpe du citron confit au sel et couper le zeste en julienne.
6. Couper les pommes de terre en rondelles de 3mm d'épaisseur.
7. Hacher le persil.

Etape 2 :

1. Dans une casserole, faire chauffer l'huile et faire frire les lanières de poivrons en premier lieu, décanter. Ensuite faites sauter les merguez. Décanter.
2. Dans la même casserole à l'huile toujours chaude ajouter la purée de tomates fraîches et laisser cuire sur un feu doux pendant 15mn. (Ajouter un peu d'eau si nécessaire)

3. Ensuite remettre les morceaux de merguez dans la sauce tomate, laisser mijoter 5mn.
4. Ajouter les câpres dessalés, la julienne de citrons confits plus la moitié des lanières de poivrons frits ; et laisser cuire encore 5mn.
5. Ajouter du sel si nécessaire

Etape 3 :

1. Frire les pommes de terre et les garder au chaud.
2. Cuire les œufs durs, les écaler et les couper en quartier.
3. Sur une assiette, dresser le tajine merguez, saupoudrer de quelques câpres ; décorer avec les œufs et le persil haché. On peut mettre aussi les pommes de terre ou les servir à part.



Tajine Merguez
Recette Traditionnelle

Sder



4 pax



Préparation
15 min



Cuisson
45 min

Ingrédients :

Viande hachée.....	100g
Menthe séchée.....	25g
Coriandre.....	3g
Sel.....	3g
Poivre noire moulu.....	3g
Paprika.....	3g
Huile.....	20cl
Carvi.....	Pm
Tomate concentrée.....	50g
Semoule moyenne.....	50g
Ail.....	3gousses
Harissa.....	Pm
Câpres.....	50g
Citron confit au sel.....	50g

Etape 1 :

- Mettre la viande hachée dans un bol et assaisonner de sel, poivre, menthe séchée en poudre, coriandre et paprika ; ajouter une cuillère à soupe d'eau et bien mélanger le tout.
- Faire des petites boules de viande de 10 à 15gr.

Etape 2 :

- Dans une marmite faire chauffer de l'huile et suer les boulettes de viande. Laisser décanter.
- Ajouter la tomate concentrée, suer et ajouter 1L d'eau. Assaisonner avec du sel, du carvi, de l'ail haché et un peu d'harissa (au goût). Laisser cuire 15mn.
- Ajouter la semoule, bien mélanger et laisser cuire encore 10mn.
- A la fin de la cuisson remettre les boulettes de viande, et la menthe séchée. Bouillir 2mn.
- Ajouter les câpres et le zeste de citron confit en petits dés au moment de servir.



Sder
Recette Traditionnelle



Plats Tunisiens revisités et innovants

L'innovation culinaire à partir d'espèces végétales autochtones siciliennes et tunisiennes avec un intérêt nutritif et bon pour la santé est le titre de l'événement organisé par l'AVFA et ses partenaires le 01 juin 2023 pour promouvoir et créer de nouvelles recettes à base de câpres, origan et églantier.



Bavarrois de caille au délices du printemps

1^{er}

Prix cuisine



5 pax



Préparation
2 h



Cuisson
20 min

Ingrédients :

Cailles.....	10p
Crème fraîche.....	20cl
Mûres noires.....	250g
Beurre.....	100g
Malthouth.....	400g
Amande blanche.....	100g
Pistache.....	100g
Huile d'olives.....	100cl
Courgette.....	200g
Carotte.....	250g
Betterave.....	300g
Oignon.....	100g
Margelaine.....	100cl
Miel.....	5ml
Céleri.....	100g
Sel fin.....	1cc
Poivre blanc.....	1cc

- Habiller les cailles et les désosser (Garder les pilons)
- Eplucher les légumes et les tailler (lamelles, cubes et noisettes)
- Tremper le malthouth dans l'eau d'églantine
- Démarrer un jus de caille avec les carcasses
- Cuire les légumes et les garder au chaud
- Cuire à la vapeur le malthouth et le garder au bain marie. Préparer la farce mousseline de caille : Mixer la chair de caille et la crème fraîche (assaisonner avec du sel fin, poivre blanc et marjolaine moulu)
- Préparer un insert de mousse de caille et mûres noires
- Mouler et enfourner pendant 6 à 7 minutes (Cuisson au bain marie)
- Rôtir les pillons pour une durée de 10 minutes à 150°C
- Après la cuisson du Bavarrois, enrober le par une croûte de pistache moulu.

Dressage et finition :

- Sur une assiette, fresser le Bavarrois surmonté des pilons trempés au miel, sésame blanc et noir
- Dresser le malthouth, le décorer de légumes et des Mûres noires
- Le jus de caille lié au miel et parfumé à la Marjolaine est servi à part.



GHILEN Aymen

BTS en Cuisine - I.F.M.T.K Sousse - Promotion 2022-2024

Encadré par Mr Nouredine Miladi

Bavarrois de caille au délices du printemps

Écllosion Gustative

1^{er}
Prix Pâtisserie



5 pax



Préparation
2 h



Cuisson
20 min



MANAI Aya
BTS en Pâtisserie -I.F.M.T Sousse Kantaoui- Promotion 2022-2024
Encadrée par Chef Bessem Mediouni

Dacquoise Pistache

Ingrédients :

Blanc d'œufs.....90g
Sucre semoule.....40g
Pistache en poudre.....60g
Amande blanche en poudre.....20g
Sucre glace tamisé.....63g
Farine tamisée.....15g
Pistache concassée.....20g
Sucre glace.....Q.S

Crème anglaise à l'eau d'égline

Ingrédients :

Crème Liquide.....100g
Eau d'égline.....100g
Jaune d'œufs.....32g
Sucre semoule.....40g

Mousse au Chocolat Blanc et eau d'égline

Ingrédients :

Crème anglaise à l'eau d'égline.....150g
Chocolat couverture blanc fondue.....150g
Gélatine en poudre.....06g
Eau.....30g
Crème fraîche montée (Baveuse).300g

Crèmeux Pistache et Chocolat Blanc

Ingrédients :

Crème liquide.....100g
Jaune d'œufs.....20g
Sucre semoule.....40g
Chocolat couverture Blanc en morceaux.....185g
Pistache en pâte.....50g

Abricots à la Marjolaine poêlés

Ingrédients :

Miel.....50g
Sucre semoule.....50g
Beurre en morceaux.....40g
Abricots dénoyautés.....300g
Feuilles de marjolaine séchées..QS

Pâte à tuiles (Décoration)

Ingrédients :

Beurre fondu.....30g
Farine Tamisée.....30g
Sucre Semoule.....30g
Blanc d'œufs.....30g
Colorant hydrosoluble.....QS

Coulis Abricot et eau d'égline

Ingrédients :

Purée d'abricot.....200g
Eau d'égline.....200g
Sucre Semoule.....80g
Jus de Citron.....10g

Dacquoise Pistache (01 abaisse 25cm/25cm) :

- Battre le blancs d'œuf et le sucre semoule pour réaliser une Meringue Française
- Mélanger intimement le pistache en poudre, l'amande blanche en poudre, le sucre glace tamisé et la farine tamisée
- Incorporer délicatement les deux mélanges
- Parsemer au-dessus de l'abaisse les pistaches concassées et le sucre glace
- Cuire à 180°C pendant 12 minutes

Crème anglaise à l'eau d'égline :

- Porter à ébullition la crème liquide et l'eau d'égline
- Blanchir le jaune d'œufs et le sucre semoule
- Verser le mélange dans une casserole et mettre sur le feu pour terminer la cuisson à la nappé, (84°C). Enfin passer au chinois

Mousse au Chocolat Blanc et eau d'égline :

- Mélanger la crème anglaise à l'eau d'égline et le chocolat de couverture blanc fondu
- Insérer la masse gélatine et l'eau
- Refroidir à température ambiante
- Mélanger délicatement la crème fraîche montée (Baveuse)

Crèmeux Pistache et Chocolat Blanc (Insert 01) :

- Porter à ébullition la crème liquide
- Blanchir le jaune d'œufs et le sucre semoule
- Mélanger les deux et mettre sur le feu pour terminer la cuisson à la nappé, (84°C)
- Ajouter et travailler au mixeur le chocolat de couverture blanc en morceaux et le pistache en pâte

Abricots à la Marjolaine poêlés (Insert 2) :

1. Faire fondre le miel et le sucre semoule puis le beurre en morceaux.
2. Finir par ajouter les abricots et la marjolaine séchée pour poêler le tout.

Pâte à tuiles (Décoration) :

- Travailler le tout au fouet
- Cuire à 180°C pendant 08 minutes

Coulis Abricot et eau d'égline :

- Porter à ébullition et laisser bouillir quelques minutes. (refroidir avant utilisation)

Finition :

- Feuilles de capucine

Hout ilel tazaetart Adrar



5 pax



Préparation
1 h



Cuisson
20 min

Ingrédients :

Poisson daurade.....	1,5kg
Œufs (blanc).....	2P
Sel.....	pm
Poivre noir moulu.....	pm
Hrous.....	pm
Thym.....	pm
Beurre.....	300g
Noix.....	100g
Pignon.....	100g
Crème fraîche.....	1Pot
Brocoli.....	300g
Carotte.....	300g
Tomate cerise.....	200g
Asperge.....	200g
Pomme de terre.....	1kg
Courgette.....	300g

- Fileter les poissons / ôter la peau
- Piler au mortier la chair et le blanc d'œuf, assaisonner avec du sel, hrous, thym et poivre noir moulu
- Façonner en forme de boudin et remettre la peau, blanchir au bain marie
- Egoutter / terminer la cuisson au fumoir aux tiges de thym séché
- Beurre de pignon au nesri
- Sauce : sauce violette à la fleur de thym garniture
- Patate douce au beurre de noix jardinière de légumes
- Brocoli / asperge / courgette / tomate cerise / carotte / mange tout au miel de thym.



BELGHITH Malek

BTP en Cuisine -I.F.M.T.K Sousse Promotion 2022-2024

Encadré par Mr BAAZIZ M'HAMED

Hout ilel tazaetart Adrar



Zriga revisitée

La pâte Ingrédients :

- Farine (de préférence une farine pour kâak warka).....250g
- Beurre.....100g
- Eau tiède.....80g
- Colorant blanc : Optionnel

La pâte pistache Ingrédients :

- Poudre pistache.....250g
- Sucre glace.....80g
- Eau d'égline.....60g

La crème d'amande Ingrédients :

- Pâte d'amande.....250g
- Lait concentré Nestlé.....180g
- Sucre.....50g
- Lait.....350g
- Eau.....250g
- Eau d'égline.....100g
- Farine.....50g

KHELIFI Arij
BTS en Pâtisserie -I.F.M.T. Nabeul
Promotion 2022-2024

La pâte

1. Mélanger la farine tamisée ainsi que le beurre et sabler la pâte (comme pour faire un sablé).
2. Rajouter petit à petit l'eau en mélangeant jusqu'à ce que le mélange s'assemble en boule souple mais pas liquide. La quantité indiquée est celle qui permet d'avoir le bon résultat avec la farine utilisée.
3. Sur un plan de travail, pétrir pendant 15 mn sans trop tirer sur la pâte pour éviter de la déchirer jusqu'à l'obtention d'une pâte très souple et lisse.

La pâte pistache

1. Mélanger la poudre de pistache et le sucre glace tamisé.
2. Ajouter petit à petit l'eau d'égline pour assembler la pâte en mélangeant des bouts des doigts sans pétrir.
3. Former des boudins et les envelopper dans du film alimentaire pour ne pas dessécher la pâte et laisse reposer.

Façonnage

1. Étaler une partie de la pâte très finement
2. Découper un rectangle de 7.5 cm de largeur.
3. Poser un boudin de pâte pistache en bas du rectangle en gardant l'excédent de pâte (0.5 cm d'un seul coté). Soulever la pâte au couteau légèrement. Coller un peu l'extrémité sur le boudin et enrouler la pâte sur la farce pour effectuer deux tours et demi en serrant un peu.
4. Couper la pâte à la fin d'un tour et demi et rouler le boudin légèrement avec la paume de la main sur le plan de travail. Cela va allonger le boudin jusqu'à environ 9cm et affiner l'épaisseur de la pâte.

La crème d'amande

- Mélanger la pâte d'amande avec l'eau, le lait, l'eau de l'égline et la farine
- Mettre sur le feu jusqu'à ébullition
- Ajouter le lait concentré Nestlé ainsi que le sucre



Roulé de dinde à la gruyère avec sauce câpre



5 pax



Préparation
1 h



Cuisson
20 min

Ingrédients :

Tranches d'escalope de dinde.....5p
Fromage gruyère.....125g
Crème fraîche.....25cl
Beurre.....37.5g
Carotte.....50g
Oignon
Gingembre frais
Sel
Poivre
Origan frais

- Couper le morceau de gruyère en fines lamelles.
- Etaler les escalopes de dinde sur un plan de travail.
- Poser sur le dessus de chaque escalope de dinde une tranche gruyère et d'oignon, carotte, gingembre sauté au beurre et crème liquide
- Rouler les escalopes de dinde sur elles-mêmes pour former des roulés. Ficelez-les à l'aide de ficelles de cuisine.
- Faire fondre le beurre dans une casserole. Quand le beurre est bien fondu, déposer les roulés de dinde dans la casserole et les faire cuire pendant 10 mn, en les remuant souvent, jusqu'à ce qu'ils soient légèrement colorés sur toutes les faces.
- Citronner légèrement les champignons. Puis les retourner et les badigeonner d'huile d'olive à l'ail haché.

Champignons farcis tomate mozzarella Ingrédients :

Champignon de Paris.....5p
Mozzarella.....1p
Petites tomates cerises.....12p
Sel, poivre
Persil haché
Huile d'olive.....2Cs
Ail haché
Origan frais

Champignons farcis tomate mozzarella

- Sur les têtes de champignons salées et poivrées, mettre des morceaux de tomates cerises et des petits morceaux de mozzarella, sel et du poivre de nouveau et un filet d'huile d'olive.
- Mettre dans un four chaud 200° pour 20 minutes (selon le four).

Sauce aux câpres Ingrédients :

Huile d'olive.....100g
Câpre.....2Cs
Vinaigre de vin.....1Cs
Sel, poivre
Jus de citron

Sauce aux câpres

- Verser de l'huile d'olive et le jus de citron dans une casserole
- Hacher les câpres, et les placer dans la casserole avec le vinaigre.
- Faire mixer jusqu'à obtenir une sauce

KAHAOUACH Sofiane
BTP en Cuisine - I.F.M.T Nabeul
Encadré par Mr BAAZIZ M'HAMED

Roulé de dinde à la gruyère avec sauce câpre



L'innovation culinaire à partir d'espèces végétales autochtones siciliennes et tunisiennes avec un intérêt nutritif et bon pour la santé est le titre de l'évènement organisé par l'AVFA et ses partenaires le 01 juin 2023 pour promouvoir et créer de nouvelles recettes à base de câpres, origan et églantier.

Recettes Traditionnelles Siciliennes



5 pax



Préparation
1 h



Cuisson
20 min

Quenelle ricotta et Origan



- Choisir une ricotta au lait de brebis préparée au moins un jour avant.
- Laisser-la s'égoutter sur une passoire pendant quelques heures afin qu'elle perde tout son petit-lait.
- Dans un bol, mettre la ricotta, quelques zestes de citron hachés, un peu de thym, une demi-cuillère à café d'origan, du sel et du poivre.
- Mélanger délicatement les ingrédients à l'aide d'une fourchette et laissez reposer pendant une heure au réfrigérateur en couvrant le récipient d'un film plastique.
- Former de petites boules, placez-les dans un récipient et laissez-les encore une heure au réfrigérateur.
- Servir avec des tomates cerises fraîches ou confites.

Ingrédients :

250g de ricotta
Pierilisa Rizzo
Thym au goût
Une demi-cuillère à café d'origan
Ecorce de citron
1 pincée de sel et de poivre

Morue avec mousse d'asperges et d'oignons



10 pax



Préparation
1h30



Cuisson
50 min

Pour la morue salée Ingrédients :

1 kg filet de morue trempé
Thym
Fenouil sauvage
Orange
Huile d'olive

Pour les asperges In- grédients :

30g Asperges
Huile
Sel / 1 Gousse d'ail

Pour la mousse d'oignon Ingrédients :

500g d'oignon
1 pomme de terre
1 Litre de lait
250g de Crème
Sel
Poivre
Huile Evo



- Couper le filet de cabillaud en 10 portions, assaisonner avec le thym, le fenouil, le zeste d'orange et l'huile evo.
- Mettre dans un sac sous vide et cuire à basse température en immersion à 68° pendant 6 mn.

Pour les asperges

- Eplucher 20 asperges, les placer dans un sac sous vide, ajouter beaucoup d'huile et une gousse d'ail, fermer le sac et les laisser tremper à 72° pendant 20 mn.
- Égoutter les asperges, les couper en petites rondelles et les assaisonner de sel.
- Couper les 10 autres asperges très finement à l'aide de l'économe, les faire mariner pendant 10 mn dans de l'eau et du sel, les égoutter et les assaisonner d'huile evo.

Pour la mousse d'oignon

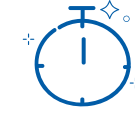
- Couper l'oignon en petits morceaux, épluchez les pommes de terre et les couper en cubes.
- Faire revenir l'oignon et les pommes de terre dans une casserole avec l'huile Evo, ajouter le lait et laisser cuire à feu doux pendant 50 mn.
- Égoutter l'excès de liquide, ajouter la crème, saler, poivrer et fouetter.
- Verser dans le siphon fermé et charger avec 2 recharges.



10 pax



Préparation
1 h



Cuisson
20 min

Fettuccine citron et câpres



- Cuire les fettuccines dans une grande quantité d'eau salée et les crémier avec le Ragusano DOP et un zeste de citron.

Pour les câpres

- Faire sécher la moitié des câpres dans un four à 80° pendant 6 h. Mélanger pour obtenir une poudre de câpres .
- Avec le reste des câpres, faire un pesto et ajouter les amandes, mixer le tout avec l'huile evo.

Disposer le plat

- Déposer un nid de fettuccine dans l'assiette et garnir avec le pesto de câpres et la poudre.

Ingrédients :

800g de fettuccine
200g de fromage Ragusano Dop râpé
3 citrons

Pour les câpres Ingrédients :

150g de câpres
Huile d'olive
50g d'amandes pelées

Mousse de ricotta aux baies d'églantier



10 pax



**Préparation
1 h**



**Cuisson
20 min**



Ingrédients :

250 g de ricotta de lait de brebis

30 g de sucre glace

100 g de crème fraîche fouettée

10 g de baies d'églantier

- Choisir une ricotta bien séchée et la passer avec le sucre glace dans un robot
- Ménager à faible vitesse jusqu'à ce qu'elle devienne crémeuse et sans grumeaux.
- Transférer le mélange dans un bol et ajoutez la crème déjà fouettée.
- Remuer doucement du bas vers le haut. Laisser reposer pendant au moins une heure dans le réfrigérateur.
- Servir dans un bol en cristal avec les églantiers.