



Cuisine tunisienne

Recette des fricassés

Par Stéphanie Dahan– novembre 2017

Ingrédients:

Pâte

- 500g de farine
- 1/2 carré de levure fraîche
 - 1 œuf
 - 1 verre d'huile
- 1 cuillère à soupe de sucre
 - 1 cuillère à café de sel
 - eau chaude

Farce

- thon
- 1 poivron vert + 1 poivron rouge
 - 2 tomates
 - 2 gousses d'ail
- 3 pommes de terre
 - 3 œufs
 - olives noires

Préparation:

Pâte

Commencer par délayer la levure fraîche dans un peu d'eau chaude.
Mélanger tous les ingrédients en prenant soin de rajouter l'eau au fur et à mesure.
Pétrir la pâte dix bonnes minutes au robot ou à la main (si la pâte colle, rajouter un peu de farine)

Former une boule avec la pâte obtenue puis la laisser monter dans un torchon minimum 30 minutes à température ambiante.

Une fois la pâte levée, former des petits pâtons à la main, puis les faire monter sous 2 à 3 torchons pendant environ 30 minutes (jusqu'à ce qu'ils soient très légers)

Faire chauffer l'huile dans une casserole et faire frire les boules de pâte
Une fois bien dorés, les égoutter dans une passoire puis sur du papier absorbant

Farce

Dans une première casserole, faire bouillir un poivron rouge, un poivron vert, 2 tomates et 2 gousses d'ail

Une fois bouillis, passer le tout à la passoire, retirer la peau des tomates, puis mixer le tout au robot (environ 2 secondes) ou hacher le tout au couteau
Ajouter un peu de sel

Dans une seconde casserole, faire cuire 3 pommes de terre et 3 œufs jusqu'à obtention de 3 œufs durs.

Éplucher les pommes de terre puis les couper en petits carrés
Écaler les œufs puis les couper en 2, puis chaque moitié en 2, puis chaque quart en 3 puis en 2 dans la largeur

Préparer un petit bol avec olives noires et un avec thon cuit

Assemblage

Couper les "beignets" en 2 (sans aller jusqu'au bout) puis farcir avec un peu de chaque préparation de telle sorte que l'on voit chaque ingrédient.

Bon appétit !