

Pâtes, nouilles & co.

Maya Barakat-Nuq

120 recettes de pâtes pour
des envies soudaines
ou des soirées sophistiquées!



FIRST
Editions

Pâtes, nouilles & co.

Maya Barakat-Nuq

FIRST
 Editions

© Éditions First, 2010

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Dépôt légal : 1^{er} trimestre 2010

Édition : Benjamin Ducher

Mise en page : KN Conception

Conception couverture : Olivier Frénot

Éditions First

60, rue Mazarine

75006 Paris

Tél. : 01 45 49 60 00

Fax : 01 45 49 60 01

E-mail : firstinfo@efirst.fr

Site internet : www.editionsfirst.fr

ISBN numérique : 978-2-7540-2879-0

Introduction

Mille et une pâtes

Il existe tellement de modèles et de recettes différentes de pâtes, qu'il est possible de varier ses menus et ses plats presque à l'infini ou au moins pendant de longs mois en se nourrissant presque exclusivement de pâtes.

Et cela tombe bien, car les amateurs et les adeptes sont fort nombreux et les détracteurs, presque inexistantes.

Chaque pays, chaque région de par le monde inclut les pâtes dans son alimentation d'une façon ou d'une autre.

Certaines recettes sont fort simples, les pâtes étant servies presque nature, ce qui ne les empêche pas d'être succulentes, d'autres bien plus élaborées et recherchées, nécessitant un grand nombre d'épices et d'ingrédients pour leur préparation.

C'est ce large éventail de plats et de préparations fort différents qui nous a paru intéressant et, dans ce petit guide, nous avons voulu aller au-delà des

traditionnelles et habituelles recettes de pâtes que l'on fait et refait certes avec plaisir, et parcourir la grande panoplie de plats à base de pâtes et de nouilles à travers le monde.

De quoi agrandir et approfondir votre amour et votre attirance pour ce mets et renouveler vos plats de pâtes et de nouilles.

Des pâtes pour chaque occasion

Un plat de pâtes ou de nouilles peut être une préparation très simple, très rapide et c'est néanmoins un mets qui plaît, qui réchauffe et satisfait. C'est un réel plaisir culinaire pour un repas au quotidien.

Ce peut être également, selon les préparations et les ingrédients qu'on y ajoute, un mets de qualité et d'exception parfaitement adapté à des occasions très festives.

Un sachet de pâtes ou de nouilles est aussi parfait pour réaliser, en un coup de main, à minuit, ou lorsqu'on a la flemme d'aller faire des courses, un repas délicieux avec les provisions qu'on a sous la main.

Et enfin, par sa consistance et le fait qu'il s'allie facilement à de multiples saveurs, c'est le plat par excellence des grandes tablées, joyeuses et conviviales.

Les différentes recettes, classiques ou plus originales, ont été classées selon ces grandes catégories.

Une recette indispensable

On peut certes acheter des pâtes sèches, dures et les accommoder d'une façon délicieuse, mais si on a envie de se faire plaisir et de prendre un peu plus le temps de préparer un plat plus subtil, rien ne vaut les pâtes fraîches.

Il en existe de fort délicieuses dans le commerce, mais on peut aussi, et le résultat vaut largement le temps passé, on peut les préparer « maison ».

Pâtes fraîches « maison »

Pour les préparer, vous trouverez dans le commerce des petites machines qui servent à confectionner spaghettis, tagliatelle et lasagnes. Si vous êtes un adepte des pâtes fraîches, son prix reste raisonnable et son emploi, très simple.

Mais vous pouvez aussi faire les pâtes à la main.

La recette de base

1 kg de semoule de blé dur fine ou de la farine de blé tendre selon le goût

2 verres d'eau

1 pincée de sel

Versez la semoule ou la farine dans une grande jatte, ajoutez le sel puis l'eau progressivement.

Pétrissez pour obtenir une pâte très ferme.

Mettez-la en boule et laissez reposer 1 heure au frais dans un linge humide.

Divisez la pâte en petites boules de la taille d'une pomme et abaissez-les à 1 mm d'épaisseur.

Laissez sécher 1 à 2 heures sur une table farinée.

Retournez souvent en cours de séchage.

La pâte est bonne à couper lorsqu'elle ne colle plus.

Attention, il ne faut pas qu'elle soit trop sèche, car elle se cassera lorsque vous la couperez.

Repliez chaque bande de pâte plusieurs fois sur elle-même dans le sens de la longueur et avec un couteau bien aiguisé, coupez de fines lamelles.

Si vous possédez une machine à pâtes, c'est le moment de suivre les instructions du fabricant.

Vous pouvez les faire cuire tout de suite, ou les conserver plusieurs semaines. Pour cela, il faut les

faire sécher au soleil ou dans le four. Ensuite, vous les conserverez dans une boîte ou un bocal en verre.

Des pâtes aux multiples saveurs

Vous pouvez confectionner des pâtes aux œufs (2 ou 3 par livre de semoule) ou ajouter des goûts et des couleurs en incorporant une purée d'épinards cuits, du concentré de tomates ou une pincée de safran. Vous pouvez également aromatiser l'eau de cuisson avec des herbes fraîches (thym, romarin, basilic), ou une gousse d'ail.

Des sauces minute

Les puristes se contentent d'une noisette de beurre ou d'une cuillerée d'huile d'olive, d'un tour de moulin à poivre et d'une pincée de sel.

Mais on peut aussi confectionner très rapidement des sauces en prenant pour base des boîtes de sauce à la tomate et en les agrémentant de sa touche d'épices ou d'herbes personnelle.

Gain de temps

Lorsque vous préparez des sauces savoureuses qui demandent un long temps de préparation et de surveillance, doublez les quantités et congelez le reste pour un repas à l'improviste, mais tout en saveur.

PLAISIRS AU QUOTIDIEN



FARFALLE AU POULET

6 pers. Préparation : 20 min Cuisson : 1 h

1 poulet coupé en 8 • 500 g de farfalle • 400 g d'oignons
• 3 yaourts • 4 cuil. à café de coriandre en poudre • 2 cuil.
à café de gingembre • 50 g de beurre • sel, poivre

Réalisation

Épluchez et émincez les oignons. Faites-les revenir avec le beurre dans une cocotte épaisse. Ajoutez les morceaux de poulet, les épices et mélangez. Versez 45 cl d'eau et laissez frémir jusqu'à ce qu'il n'y ait presque plus d'eau, soit 40 minutes. Ajoutez les yaourts et mélangez.

Pendant ce temps, faites bouillir une grande casserole d'eau salée et jetez-y les pâtes. Faites cuire environ 10 minutes à découvert à feu moyen ou selon les instructions du fabricant. Ajoutez les pâtes égouttées au mélange de viande et de yaourt.

Servez chaud accompagné d'une salade, de yaourt et de piments pour les amateurs.

MACARONI SAUCISSES-FROMAGE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 25 min

400 g de macaroni • 4 saucisses de Francfort • 1 gros oignon
• 15 cl de bière blonde ou brune ½ cube de bouillon de volaille • 100 g de gruyère râpé • 4 cuil. à soupe de crème fraîche • 1 cuil. à café de moutarde • quelques baies de genièvre • sel, poivre

Réalisation

Coupez les saucisses de Francfort en cinq ou six morceaux chacune. Épluchez et émincez l'oignon et faites-le revenir dans l'huile pendant 5 minutes environ. Ajoutez le demi-cube de bouillon émietté et mouillez avec la bière. Ajoutez les baies de genièvre et cuisez à feu doux pendant 10 minutes. Intégrez les morceaux de saucisse et réservez au chaud.

Faites bouillir de l'eau salée, plongez-y les nouilles. Une fois cuites, égouttez-les et remettez-les dans la casserole. Mélangez la crème fraîche à la moutarde et versez sur les pâtes, ajoutez la sauce aux saucisses et faites sauter le tout pour bien réchauffer. Parsemez de gruyère râpé et servez aussitôt.

MACARONI À LA FORESTIÈRE

4-5 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 15 min

500 g de macaroni • 350 g de champignons blancs, ou un mélange de girolles, de chanterelles... (selon votre goût)
• 3 cuil. à soupe d'oignon haché • 2 gousses d'ail écrasées
• 2 cuil. à soupe de persil haché • 3 cuil. à soupe d'huile
• 30 g de beurre • sel, poivre

Réalisation

Nettoyez les champignons en éliminant les pieds terreux et en les rinçant sous un filet d'eau. Coupez-les en petits morceaux si vous avez choisi des gros champignons.

Mettez-les dans une poêle à revêtement antiadhésif et laissez-les dégorger 1 à 3 minutes en mélangeant souvent. Ajoutez l'huile, l'ail écrasé et l'oignon haché, salez, poivrez et laissez cuire 3 minutes. Ajoutez le persil, éteignez et mélangez encore. Gardez au chaud.

Faites cuire les macaroni à l'eau bouillante salée, égouttez-les puis ajoutez le beurre, mélangez et répartissez les champignons.

Servez sans attendre avec du parmesan râpé.

RIGATONI AU JAMBON CRU

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 10 min

400 g de rigatoni • 2 pommes de terre moyennes cuites à l'eau • 1 gros oignon • 4 tranches moyennes de jambon cru ou 8 fines • 40 g de graisse d'oie, de graisse de canard ou de saindoux • 1 cuil. à soupe d'huile • sel, poivre

Réalisation

Épluchez les pommes de terre et l'oignon. Coupez les pommes de terre en cubes et émincez très finement l'oignon. Faites-le blondir dans l'huile, salez et poivrez et ajoutez les morceaux de pomme de terre. Réservez.

Coupez le jambon en lamelles.

Faites cuire les rigatoni dans l'eau bouillante salée, égouttez-les et remettez-les dans la casserole avec la graisse. Salez, poivrez et faites-les sauter 2 à 3 minutes.

Ajoutez les pommes de terre et tournez.

Éparpillez les lamelles de jambon cru et servez de suite.

RIGATONI ROQUEFORT ET NOIX

4 pers. Prép. : 15 min Cuisson : 10 min Attente : 1 h

400 g de rigatoni • 60 g de beurre • 120 g de roquefort
• 15 belles noix sèches • 3 cuil. à soupe de crème fraîche
• 60 g de raisins secs • 3 cuil. à soupe de cognac ou de vin
et/ou 4 petites grappes de raisin • poivre

Réalisation

Sortez le roquefort et le beurre du réfrigérateur 1 heure à l'avance pour qu'il soit mou. Mélangez-le avec la crème fraîche, le beurre et poivrez. Faites tremper les raisins dans un peu de cognac ou de vin. Cassez les noix, prélevez les cerneaux et détaillez-les en deux, trois morceaux.

Faites cuire les rigatoni dans un grand volume d'eau bouillante salée, égouttez-les, remettez-les dans la casserole, puis ajoutez la crème de roquefort. Parsemez de morceaux de noix. Égouttez les raisins secs et séchez-les.

Servez chaud accompagné de raisins secs et/ou de raisin frais.

Conseil : vous pouvez également garnir les pâtes de raisins secs macérés. Vous pouvez varier en essayant les fromages persillés plus ou moins forts selon votre goût : fourme d'Ambert, Bleu d'Auvergne, Stilton (anglais) ou Gorgonzola (italien).

GRATIN DE MACARONI

4-5 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 45 min

500 g de macaroni • 1 l de lait • 3 cuil. à soupe de farine
• 1 noix de beurre • pointe de muscade • 200 g de parmesan
ou de gruyère râpé • 50 g de chapelure • sel, poivre du moulin

Réalisation

Faites cuire les macaroni *al dente* dans un grand volume d'eau salée. Préchauffez le four à 190 °C (th. 6-7). Égouttez-les, rincez-les à l'eau froide et répartissez-les dans un grand plat à gratin légèrement beurré.

Délayez la farine dans le lait, ajoutez la pointe de muscade, salez modérément et poivrez.

Versez sur les pâtes puis répartissez le fromage râpé et la chapelure. Enfournez pour 45 minutes.

Vous pouvez avoir besoin de couvrir le plat d'une feuille d'aluminium pendant les dix dernières minutes si le gratin brunit trop.

CARBONARA À MA FAÇON

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 15 min

600 g de spaghettis • 1 œuf • 125 g de lardons fumés
• 150 g de jambon blanc • 30 cl de crème fraîche allégée
• 1 cuil. à café de thym en poudre • 200 g de gruyère râpé
• sel, poivre

Réalisation

Faites revenir les lardons à sec pendant 2 ou 3 minutes dans une poêle à revêtement antiadhésif. Retirez du feu et ajoutez le jambon coupé en dés. Mélangez.

Faites cuire les spaghettis *al dente*, égouttez-les en laissant un peu d'eau dans les pâtes et remettez-les dans la casserole. Versez les lardons et le jambon sur les pâtes, ajoutez la crème fraîche, l'œuf entier et le thym. Mélangez sur feu très doux pour réchauffer la crème. Salez, poivrez généreusement au moulin et saupoudrez de fromage râpé.

Mélangez encore une fois et servez aussitôt très chaud avec un peu plus de râpé pour les amateurs.

SPAGHETTIS À LA BOLOGNAISE

4 pers. Préparation : 20 min Cuisson : 30 min

600 g de spaghettis • 250 g de viande hachée • 5 tomates bien mûres • 2 cuil. à soupe d'huile. 2 cuil. à soupe de concentré de tomates • 1 gros oignon • 2 gousses d'ail • ½ cuil. à café de sucre • 1 cuil. à café d'origan • gruyère ou parmesan râpé • sel, poivre

Réalisation

Ébouillantez les tomates pendant 1 minute pour pouvoir les éplucher facilement. Épluchez-les et épépinez-les, puis coupez en petits dés. Épluchez et hachez l'ail et l'oignon et faites-les revenir dans l'huile. Salez, poivrez et ajoutez la viande hachée. Continuez à cuire en mélangeant pendant 10 minutes. Ajoutez les dés de tomate, le concentré, le sucre, l'origan, du sel et du poivre.

Mouillez avec 50 cl d'eau. Couvrez et laissez mijoter 20 minutes. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire. Réservez au chaud.

Cuisez les pâtes *al dente* et servez accompagné de sauce bolognaise et de fromage râpé.

GNOCCHIS MAISON AU GORGONZOLA

4 pers. Préparation : 40 min Cuisson : 10 min

400 g de pommes de terre cuites, en purée • 200 g de farine • 1 œuf • sel, poivre

Pour la sauce : 150 g de gorgonzola • 25 cl de crème fleurette
• 1 cuil. à soupe de cerfeuil ciselé

Réalisation

Mélangez les pommes de terre, la farine et l'œuf. Salez, poivrez et travaillez les ingrédients pour former une grosse boule non collante et homogène. Vous aurez peut-être besoin d'ajouter un peu plus de farine selon la qualité des pommes de terre.

Divisez la pâte en deux, et formez un long rouleau assez fin.

Coupez-le pour former des gnocchis de 1 à 2 cm de long. Pressez le dos d'une fourchette pour faire des empreintes sur les gnocchis.

Plongez-les dans une grande casserole d'eau bouillante salée : ils sont cuits lorsqu'ils remontent à la surface

(environ 7 minutes). Égouttez-les et remettez-les dans la casserole.

Émiettez le gorgonzola et mélangez aux gnocchis chauds, ajoutez la crème et tournez sur feu très doux pour la chauffer pendant quelques minutes. Poivrez, parsemez de cerfeuil et servez immédiatement.

RIGATONI AUX QUATRE FROMAGES

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 10 min

500 g de rigatoni • 75 g de gruyère • 75 g de picaroni • 75 g d'emmental • 120 g de parmesan râpé • 50 g de beurre
• sel, poivre

Réalisation

Coupez le gruyère, le picaroni et l'emmental en fines lamelles.

Faites cuire les pâtes dans de l'eau bouillante salée, égouttez-les et remettez-les dans la casserole avec le beurre. Ajoutez le gruyère, le picaroni, l'emmental et la moitié du parmesan.

Salez, poivrez et remuez bien tout en chauffant.

Servez immédiatement avec le reste du parmesan râpé.

Linguine aux légumes confits	147
Gratin de penne aux cardes	149
Tourte de fettucine aux oignons nouveaux	151

Dans la collection **Le petit livre de**
vous trouverez également **les thématiques**
suivantes :

Le petit livre de Cuisine ●●●●●●●

Le petit livre de Culture générale ●●●●●●●

Le petit livre de Insolites ●●●●●●●

Le petit livre de Tourisme ●●●●●●●

Le petit livre de Langues ●●●●●●●

Le petit livre de Humour ●●●●●●●

Pour consulter notre catalogue et
découvrir les dernières nouveautés,
rendez-vous sur **www.editionsfirst.fr** !