

Provence Magazine

La provence pour ceux qui y vivent !



La Positive attitude



Bienvenue dans la **tradition provençale culinaire** voici les vraies recettes de **Provence**

Recettes personnelles de **Michel Hugues**, cuisinier par passion

PISSALADIÈRE

ingrédients : pour 4 personnes : - 800 gr d'oignons blancs - huile d'olive vierge - 300 gr d'anchois au sel - 200 gr d'olives noires bien pulpeuses et pour la pâte : 3 tasses de farine - 2 cuillerées d'huile d'olive - sucre sel - 1 jaune d'oeuf - 30 gr de beurre - eau - sel - levure

Préparer la pâte bien à l'avance en commençant par délayer la levure avec un peu d'eau chaude puis la farine , le beurre , l'huile , l'eau , saler, poivrer, et pétrir ! Pétrir ! Pétrir ! durant 15 minutes et laisser reposer sous un torchon mouillé attendre que son volume ait doublé avant de l'étaler sur un plat de cuisson spécifique aux tartes après l'avoir enduit de beurre et saupoudrée de farine afin d'en faciliter le dégagement après cuisson.

Dégager les filets d'anchois et dénoyauter les olives, couper les oignons en petites lamelles. Faire un léger appareil avec le tout dans un fait-tout pendant moins de 5 minutes avec un peu d'huile et de la poudre de farigoule (thym). Répandre le tout sur la pâte immédiatement bien à plat et mettre à four chaud (position pizza pour les fours à chaleur tournante).

20/25 minutes seront nécessaires pour obtenir une délicieuse tarte, fleuron de la gastronomie niçoise. Mon joker : en premier dans l'appareil inclure 2 pincées de sucre en poudre.

Servir avec une salade du jardin augmentée d'une larme d'huile d'olive vierge et une poudre de parmesan et boire un blanc du Var sec ou un rosé de Pierrefeu .

© michel hugues 2003

Votre avis nous intéresse : redaction@pacainfoeco.com

Provence Magazine

PACA INFORMATIONS ECONOMIQUES

www.pacainfoeco.com