

**ATELIER CUISINE DU 28 JUIN 2010**  
**« TAPAS Y SANGRIA »****SANGRIA****Ingédients pour 2,5 litres**

- 2 bouteilles de vin rosé
- 100 gr de sucre
- 2 citrons
- 2 oranges
- 1 pomme
- 1 poire
- 1 pêche
- 1 bâton de cannelle
- 1 gousse de vanille
- 1 pincée de muscade
- 2 petits verres d'eau de vie ou de liqueur (cognac, curaçao, gin....)
- 1 bouteille de limonade ou d'eau gazeuse
- Glaçons

**Préparation**

Cannez les citrons et les oranges et coupez-les en  $\frac{1}{2}$  tranches.  
Coupez les autres fruits en quartiers (on peut les éplucher ou non).  
Mettez le sucre dans un grand récipient.  
Ajoutez le vin et les fruits en morceaux.  
Ajoutez les arômes (cannelle, vanille, muscade).  
Mettez au frais et laisser macérer plusieurs heures l'idéal étant 1 à 2 jours.  
Au moment de servir, incorporez l'eau de vie, la limonade et les glaçons.  
Servez dans des verres givrés.

**TAPAS****BANDERILLAS****Ingédients**

- A peu près tout ce que l'on veut
- Pour le pain :  $\frac{1}{2}$  tranche fine de baguette (fraîche grillée ou frite)
- Pour l'œuf dur : une rondelle
- Pour le piquillo : en lanière
- Pour les anchois : à l'huile ou marinés
- Pour le serano : en lanières
- Pour le chorizo : en  $\frac{1}{2}$  tranche
- Pour le melon : en boule
- Pour les olives (noires, vertes, ou farcies) : toujours dénoyautées

**Préparation**De bas en haut

Pain, œuf dur, olives, piquillo

Pain, beurre en pommade, Serano, melon

Pain, beurre en pommade, chorizo, petits oignons au vinaigre

Pain, beurre en pommade, anchois marinés

Pain, Lomo, olives aux poivrons

# PLATILLOS

## Carpaccio de crevettes

### Ingédients

- Crevettes fraîches
- Huile d'olive à l'ail
- Poivre noir moulu
- Sel
- Beurre salé
- Baguette en tranches

### Préparation

Pelez les crevettes. Placez-les entre 2 feuilles de papier sulfurisé et aplatissez-les avec un rouleau à pâtisserie pour obtenir une fine lamelle

Mettez les dans une assiette, couvrez-les d'huile, sel et poivre.

Recouvrez-les d'un film étirable et réservez-les au frais au moins 3 heures.

Dégustez sur des tartines de beurre salé.

## Tortillas au chorizo

### Ingédients

- 10 œufs
- 8 cl d'huile d'olives
- 200 gr de tomates
- 100 gr d'oignons
- 100 gr de poivrons
- 1 belle pomme de terre
- 1 gousse d'ail
- Persil haché
- 20 olives farcies au piments
- 20 rondelles de chorizo
- Sel poivre

### Préparation

Cuisez à l'anglaise la pomme de terre. Au terme de la cuisson refroidissez-les et épluchez-les .Taillez-les en petits cubes.

Mondez les tomates, coupez-les en deux, épépinez-les et concassez-les.

Coupez et épépinez les poivrons. Passez- les au four pour en retirer la peau plus facilement, émincez-les.

Emincez les oignons faites les suer avec les poivrons dans un peu d'huile d'olive, ajoutez la tomate, l'ail, assaisonnez et laissez cuire 20 mn.

Battez les œufs en omelette, ajoutez la préparation précédente refroidie ainsi que les pommes de terre et le persil, rectifiez l'assaisonnement.

Faites une omelette(soit à la poêle soit au four), elle doit être bien cuite, plate et épaisse. Taillez-la en cubes de 2 cm . Présentez chaque morceaux fixés sur un palillo avec une rondelle de chorizo et une olive au piment.

## Sardines de Bilbao

### Ingédients

- Filet de sardines
- Ail
- Huile d'olive
- Chapelure
- Citron
- sel, poivre

### Préparation

Lavez les filets de sardine et séchez les sur du papier absorbant.

Épluchez et écrasez les gousses d'ail, mélangez-les avec l'huile d'olive et huilez les filets avec cette préparation.

Saupoudrez de chapelure, disposez les dans un plat allant au four th 8 et cuisez les une dizaine de minutes.

Servez arrosé de jus de citron. On peut les déguster chaude ou froide

### **Moules gratinées**

#### **Ingédients**

- Moules d'Espagne
- Ail
- Persil
- Beurre
- Chapelure
- Sel, poivre

#### **Préparation**

Nettoyez et faites ouvrir les moules. Gardez la ½ coquille garnie.

Hachez finement l'ail et le persil et mélangez le au beurre en pommade.

A l'aide d'une cuillère recouvrez les moules avec ce beurre, saupoudrez de chapelure et passez au four.

Servez chaud

## **CROQUETAS**

### **Albondigas**

#### **Ingédients**

- 250 gr de bœuf haché (steack haché)
- 250 gr de chair à saucisse
- 1 oignon haché
- 1 gousse d'ail hachée
- Quelques feuilles de persil hachées
- 4 cuillère à soupe de tomate frito
- 1 œuf
- 1 petit verre de vin blanc sec
- Farine
- Huile d'olive
- Sel poivre

#### **Préparation**

Mélangez le bœuf et la chair à saucisse. Dans une poêle faites revenir l'oignon haché 3 à 4mn dans un peu d'huile.

Ajoutez à la viande l'oignon, le persil, l'ail, l'œuf, le sel et le poivre. Malaxez bien avec les mains, faites des petites boulettes de ce mélange : Albondigas.

Passez les albondigas dans la farine. Dans une cazuela, faite chauffer 4 cuillères à soupe d'huile et mettez-y les albondigas et le vin blanc. Laissez cuire 5 mn.

Ajoutez le tomate frito et laissez cuire 15 mn à feu doux en arrosant de temps en temps avec le tomate frito du fond.

Servez chaud, piquez chaque albondiga d'un palillo.

### **Croquettes de leon**

#### **Ingédients**

- Purée de pomme de terre
- Sauce béchamel épaisse
- Jambon blanc
- Morue dessalée
- Moules
- Chapelure
- Huile

#### **Préparation**

Mélangez 2 parts de purée de pomme de terre et 1 part de béchamel bien ferme.

Ajoutez à cet appareil soit :

Du jambon haché.

Des moules cuites hachées.

De la morue effeuillée.

Formez les croquettes à la main, de la taille d'une saucisse de 5 cm de long, et environ 3 cm de diamètre.

Passez les croquettes dans la chapelure et frire aussitôt l'huile doit être très chaude 180° sinon les croquettes se désagrègent. Égouttez à l'aide d'une écumoire sur du papier absorbant et servir très chaud.

## CAQUELITAS

### Patatas bravas

#### Ingédients

- Pommes de terre
- Tomates (6 tomates pour 1 kg de pommes de terre)
- Tabasco
- Huile d'olive
- Sel
- 250 gr de bœuf haché (steack haché)

#### Préparation

Faites cuire les pommes de terre à l'eau salée. Coupez les en dés. Faites les sauter à la poêle jusqu'à ce qu'elles soient dorées.

Mondez et épépinez les tomates et faites les fondre dans un poêlon avec un peu d'huile d'olive, réduisez-les en purée, ajoutez du tabasco selon votre goût. Nappez les pommes de terre. Se sert chaud ou froid

### Morue au cidre

#### Ingédients

- Morue salée
- Cidre
- Œuf battu
- Oignon
- Safran
- Huile

#### Préparation

Dessalez la morue et coupez là en petits bâtonnets. Essuyez, farinez, et trempez dans l'œuf battu.

Faites frire à l'huile dans une cazuela. Réservez.

Dans la même cazuela faites fondre un oignon émincé dans un peu d'huile. Déglacez avec un verre de cidre. Ajoutez un peu de safran. Remettez la morue et servez chaud.