

Empanadas de boeuf, légumes racines et bâtonnets de courgettes rôtis, sauce Chimichuri - Version Atelier virtuel

Recette pour 2

Description

Une recette typique originaire de Mendoza en Argentine, servie avec une sauce Chimichuri qui accompagnera à merveille vos empanadas.

L'astuce du chef

La farce qui compose les Empanadas peut varier de multiple façon, à vous d'aller avec vos créations (légumineuses, porc, veau... etc)

Ingrédients

Pour la pâte d'empanadas

- 3 Tasse(s) Farine
- 1 Unité(s) Jaune d'œuf
- 125 Ml Beurre
- 330 Ml Lait
- 5 Gr Sel

- Sel et poivre
- Huile d'olive

Sauce Chimichuri

- 10 Branche(s) Persil haché
- 4 Branche(s) Coriandre
- 0.50 Unité(s) Piment jalapeno
- 2 Gousse(s) Ail
- 1 Unité(s) Jus de citron
- 5 Ml Vinaigre de vin rouge
- 0.50 Unité(s) Oignon
- 80 Ml Huile d'olive

- Sel et poivre
- Huile d'olive

Préparation

- Temps de préparation **45 mins**
- Préchauffez votre **four** à **400 F°**

Garnitures pour les empanadas

- 250 Gr Boeuf haché
- 0.50 Unité(s) Oignon Jaune
- 1 Cuil. à soupe Chilli en poudre
- 1 Cuil. à thé Origan séché
- 0.50 Cuil. à thé Cumin moulu
- 2 Unité(s) Ail haché
- 45 Gr Olives noires tranchées
- 1 Cuil. à soupe Paprika fumé
- 0.50 Unité(s) Poivron rouge

- Sel et poivre
- Huile d'olive

Légumes rôtis

- 1 Unité(s) Panais
- 1 Unité(s) Carotte
- 1 Unité(s) Courgette
- 3 Branche(s) Thym
- 2 Gousse(s) Ail écrasé

- Sel et poivre
- Huile d'olive

- Temps de repos **30 mins**

Prévoir avant le cours vidéo

Ingrédients

Bien laver la courgette (nous allons garder la peau).

Réalisez la pâte à Empanadas, la protéger d'un film alimentaire la garder au frigo, la sortir 30 minutes avant son utilisation.

Matériels

1 planche à découper, 1 grand couteau (chef), 1 petit couteau (office).

4 Bols (chimichuri, farce, pâte à Empanadas, légumes racines)

1 tasse (dorure, jaune d'oeuf + eau)

1 tasse (blanc d'oeuf ou eau)

Spatule en bois et en plastique, 3 linges propres

1 poêle (cuisson de la farce), plat pour la débarrasser

3 cuillères à soupe, 2 fourchettes, 1 pinceau (dorure)

2 plaques à four (cuisson des Empanadas et des légumes racines)

Poubelle de table et petites assiette pour toutes les découpes.

Mise en place avec le chef

Légumes et Chimichuri

Épluchez la carotte et le panais, les détailler en bâtonnets.

Éffeuillez puis ciseler le persil et la coriandre grossièrement.

Ouvrir le piment sur la longueur, retirez les graines, émincez finement le poivron.

Hachez finement l'ail (farce).

Épluchez l'oignon et l'émincer finement.

Écrasez les gousses d'ail sans les éplucher (on appelle ça en chemise), à l'aide du plat de la lame de votre couteau de chef (légumes rôtis)

Pressez le jus de citron.

Ciselez finement l'oignon vert.

La farce

Ciselez l'oignon et l'oignon vert,

Taillez le poivron rouge en brunoise,

Émincez les olives vertes.

Hachez l'ail finement

Pour la pâte à empanadas

Mélangez la farine et le sel dans un robot de cuisine, faites-le tourner jusqu'à ce qu'ils se mélangent parfaitement.

Ajoutez le saindoux ou beurre. Mélangez bien.

Ajoutez le jaune d'œuf et le lait en petites quantités, mélangez jusqu'à ce que de petits amas de pâte

commencent à se former.

Formez quelques boules, puis aplatissez-les en disques et laissez reposer au réfrigérateur 30 minutes environ.

Sur une surface légèrement farinée, étalez la pâte en une fine couche et découpez des formes de disques ronds à empanadas (utilisez des moules ronds ou une petite assiette).

Utilisez les disques à empanadas immédiatement ou conservez-les au réfrigérateur / congélateur jusqu'à ce que vous soyez prêts à les utiliser.

Pour la farce à empanadas

Préparations :

Mélangez le bœuf haché, le paprika, le poivron rouge, l'ail, le cumin, le sel et le poivre dans un grand bol. Mélangez tous les ingrédients ensemble et réfrigérez jusqu'à utilisation.

Faites chauffer l'huile végétale dans une grande poêle ou une sauteuse, ajoutez les oignons et le sel, faites cuire jusqu'à ce que les oignons soient tendres, 5 minutes environ.

Ajoutez le mélange de viande aux oignons et cuire à feu moyen jusqu'à ce que la viande soit cuite. Remuez fréquemment.

Laissez le mélange de viande ou picadillo refroidir, ensuite ajoutez les oignons verts, bien mélanger. Pour confectionner les empanadas, ajoutez une cuillerée du mélange de viande au centre de chaque disque à empanada, puis ajoutez des tranches d'olives.

Badigeonnez les bords du disque à empanadas du blanc d'œuf, vous pouvez également utiliser de l'eau mais le blanc d'œuf constitue une colle naturelle qui permet de souder les empanadas.

Pliez les disques à empanadas et soudez les bords délicatement avec vos doigts, pliez et tournez les bords des empanadas avec vos doigts. Enfin, utilisez une fourchette et appuyez pour terminer de souder les empanadas.

Badigeonnez légèrement le dessus des empanadas avec le jaune d'œuf (diluez dans un peu d'eau. Cela leur donnera un bel aspect doré et brillant une fois cuits.

Laissez les empanadas reposer au réfrigérateur pendant 30 minutes environ jusqu'au moment de les cuire.

Préchauffer le four à 200°C et cuire pendant 20-25 minutes environ.

Sauce Chimichuri

Rassemblez tous les ingrédients dans un bol, ajoutez l'huile d'olive, assaisonnez de sel et poivre gardez au réfrigérateur.

Les légumes

Dans un bol, mélangez les bâtonnets de carottes et de panais, ajoutez-y les branches de thym et l'ail en chemise.

Arrosez d'un bon filet d'huile d'olive, assaisonnez de sel et poivre, bien mélanger avec vos mains.

Versez le tout sur une plaque à cuisson, placez la plaque dans le four chaud durant environ 15 minutes, ajoutez-y les bâtonnets de courgettes, continuez la cuisson durant 5 à 10 minutes supplémentaires.

Bon appétit!