

PÂTES MAISON A LA BOLOGNAISE DE LENTILLES



Préparation : 20' de préparation + 30' de repos pour les pâtes et 20' de prépa + 30' de cuisson pour les lentilles

Matériel : 1 faitout, 1 poêle, 1 casserole

Ingrédients pour 8/10 personnes :

Recette tagliatelles

- 750g de farine de blé T65
- 45 g de semoule de blé dur
- 37,5 cl d'eau tiède
- 3 cs d'huile d'olive
- 3 pincées de sel

Recette bolognaise de lentilles

- 1 kg de tomates concassées avec leur jus
- 200 g de lentilles
- 2 carottes + 2 branches de céleri + 4 petits navets
- 8 petits oignons + 2 gousses d'ail
- 4 cs bombées de concentré de tomates
- 2 feuilles de laurier + 2 étoiles de badiane
- 2 cc rase de poivre noir en grains + 6 clous de girofle
- 8 brins de thym+qq brins pour servir
- 10 cs sauce soja + 1/2 cc de paprika fumé
- 4 cs d'huile d'olive + 40 g de beurre + sel et poivre
- 1 jus de citron

PS : si vous ne faites pas de tagliatelles fraîches, la quantité de bolognaise correspond à 640 g de tagliatelles toutes prêtes

Préparation tagliatelles (voir photos du déroulé des opérations)

1- faites dissoudre le sel dans l'eau tiède. Sur le plan de travail, disposez la farine en monticule, faites un puits au centre, versez-y l'eau et l'huile peu à peu. Incorporez la farine d'une main en protégeant le puits avec l'autre main pour éviter que le liquide ne s'échappe.

2- pétrissez la pâte 5' jusqu'à obtenir une boule non collante. Couvrez la pâte avec un saladier retourné et laissez la reposer 30' sur le plan de travail.

3- étalez la pâte au rouleau sur une épaisseur de 1/2 cm en lui donnant la forme d'un rectangle. Coupez-la en 2 dans le sens de la longueur, couvrez une moitié de la pâte avec un film alimentaire pour qu'elle ne sèche pas. Découpez l'autre moitié dans le sens de la largeur, en bandelettes d'environ 1 cm de large. Roulez-les ensuite une par une, sous la pression de vos doigts, pour les allonger, en commençant par le centre et en allant vers les extrémités, jusqu'à obtenir des pâtes de 3 à 4 mm d'épaisseur. Si vous avez des difficultés à rouler les pâtes, huilez légèrement vos mains.

4 – renouvelez l'opération avec l'autre moitié de pâte. Disposez les pâtes sur le plan de travail légèrement saupoudré de semoule de blé, surtout si vous les roulez ensuite en nids.

Préparation bolognaise de lentilles

1 – Faites cuire les lentilles dans 3 fois leur volume d'eau froide non salée, additionnée des clous de girofle, de la badiane, des feuilles de laurier et du poivre en grains enveloppés dans un morceau de gaze, pendant 25 à 30'

2 – éplucher les oignons, l'ail et les carottes. Ciselez les oignons, écrasez l'ail à l'aide d'un presse ail et détaillez les carottes et les navets en petits dés. Lavez la branche de céleri et détaillez-la en petits tronçons de 1 cm de largeur

3 – faites chauffer l'huile d'olive et le beurre dans une poêle. Ajoutez les oignons et laissez-les dorer pendant 5'. Ajoutez la carotte, les navets, le céleri, les feuilles de thym, le laurier, le concentré de tomates, les tomates concassées avec leur jus, le paprika fumé et la sauce soja. Salez et poivrez. Laissez mijoter à couvert pendant 15'. Retirez le couvercle, ajoutez les lentilles et poursuivez la cuisson pendant 10'

4- Pendant ce temps, faites cuire les pâtes al dente dans une casserole d'eau bouillante salée pendant 4'. Egouttez les en prenant soin de garder une petite louche d'eau de cuisson et ajoutez-la à la sauce aux lentilles

5 – répartissez les pâtes dans les assiettes creuses et ajoutez une louche de bolognaise de lentilles. Salez, poivrez et parsemez d'un peu de thym