

LISTE D'INGRÉDIENTS POUR LA RECETTE DE MARCELA - INUK GASTRONOMIE

PAPAS RELLENAS

Pour 4 personnes environ

INGRÉDIENTS

4 grosses pommes de terre
250 grammes de bœuf haché
De l'huile de cuisson (Marcela recommande l'huile d'olive pour le goût)
1 oignon
½ cuillère de paprika
3 tomates
4 tiges d'oignon cébette
4 gousses d'ail
8 œufs de caille (vous pouvez les remplacer par 4 oeuf de poule)
100 grammes de farine de blé
½ cuillère de poivre
½ cuillère de cumin
2 cuillères de curcuma
Sel
150 grammes de chapelure
*150 grammes de fromage râpé à gratiner (optionnel)

USTENSILES

Couteau de cuisine
Une planche à découper
Un sac plastique parfaitement nettoyé et séché ou du film étirable pour cuisine
Une poêle pour préparer la farce
Une casserole pour cuire les patates et les œufs de caille
Four traditionnel
Plaque allant au four

PRÉPARATIFS

Pour gagner du temps, nous vous remercions de :

1. Faire **cuire les patates** à l'eau avec un peu de sel, jusqu'à ce qu'elles soient très fondantes. Égoutter les patates en récupérant l'eau de cuisson. Écraser les patates comme pour une purée, sans ajouter de liquide ou de matière grasse. Réserver.
2. Utilisez l'eau de cuisson de patates pour **cuire les œufs** : ajouter une cuillère à soupe de vinaigre et porter à ébullition. Plonger les œufs dans l'eau bouillante pendant 2 minutes et les sortir aussitôt. Plonger les œufs dans de l'eau très froide et réserver.
3. Coupez les tomates et l'oignon y compris la tige verte en petits dés, et hachez l'ail finement.
4. Tenez prêts tous les ingrédients et ustensiles sur votre plan de travail pour suivre le cours le plus sereinement possible