

# SPECIALITES DE PÂTES

Région PACA

## La raviole

### Provence Alpes Côte d'Azur



### Description

*Variante : ravioli.*

Dans sa version provençale et niçoise, la raviole n'a rien de commun avec son homonyme dauphinoise<sup>1</sup>, dite « raviole de Romans », car non seulement de taille plus imposante, mais aussi d'une composition différente. En effet, cette raviole made in Provence est un carré de pâte renflé, affichant trois à quatre centimètres de côté, fourré uniquement de légumes.

La pâte, très blanche, est faite de farine de blé, d'eau, de sel, d'œufs et d'un peu d'huile d'olive. La farce végétale (pomme de terre en purée, oignon, blette, épinard ou encore poireau, courge, bouillis ou rissolés), liée de crème et d'œufs, sera déposée en paquets entre deux feuilles de pâte. Restera le découpage des ravioles à la roulette et leur pochage à l'eau bouillante salée au moment de les cuisiner.

#### **Dans l'assiette**

Elles se serviront avec une sauce, ou seront mises à gratiner au four avec du fromage.

A noter que dans le Valgaudémar (Champsaur), les ravioles, appelées aussi prêtre ou brouquetons, sont de petits beignets à base de pommes de terre et de tomme fraîche. Une fois frits, ils se savourent avec une salade verte et sont servis traditionnellement avec du miel liquide, de la confiture de framboise ou de myrtille.

#### **Un peu d'histoire**

A l'instar des raviolis, les ravioles étaient en Provence un produit festif, fréquent lors de réceptions ou d'événements familiaux ou religieux (carnaval, repas de Noël... baptême, communion, mariage).

## Le barbajuan

### Provence Alpes Côte d'Azur



### Description

*Variante : tourton.*

Régal « de grand-mère », souvent considéré comme l'apanage de l'arrière-pays niçois, alors qu'il s'agit autant d'une recette monégasque et mentonnaise, le barbajuan (ou barba-juan, littéralement « oncle Jean ») est un coussin de pâte (rond, triangulaire ou en demi-lune) fourré d'une farce de légumes (blette, oignon blanc, potiron, courgette, etc.), de riz, d'œuf, de fromage râpé (parmesan) et d'herbes aromatiques (thym), le tout salé et poivré. Au lieu d'être bouilli, le bain de friture dans lequel il est plongé l'a fait sortir de son « destin » de gros ravioli, pour le métamorphoser en ce petit chausson rustique au doré clair roussissant sur les bords.

#### **Dans l'assiette**

Les barbajuns se mangent tièdes ou froids, à l'apéritif (avec un vin de pays bien frais !), en entrée ou en plat principal, sur un lit de salade, par exemple. Comme on s'en doute, il existe d'innombrables combinaisons quant à la farce, celle-ci pouvant carrément devenir roborative avec de la pomme de terre où s'enrichir de produits marins tel l'anchois, ou encore de viande... voire, dans certains restaurants, de foie gras !

#### **Ingrédients**

(pour 4 personnes)

pour la pâte :

250 g de farine

10 cl d'eau

huile d'olive

sel

pour la farce :

1 botte de blettes

1 oignon blanc

1 œuf

35 g de riz

50 g de parmesan

huile d'olive

bain de friture (huile d'arachide)

persil

sel

poivre

#### **Procédure**

Dans un saladier, pétrir la farine et l'eau avec une pincée de sel et une cuillère à soupe d'huile d'olive. Prélever le vert des blettes, le pocher à l'eau bouillante, avant de les hacher menu. Faire cuire le riz à l'eau bouillante. Eplucher et hacher l'oignon, le faire revenir dans un peu d'huile d'olive. Y incorporer l'œuf, le riz refroidi, le persil haché et le parmesan râpé. Saler, poivrer et arroser d'un filet d'huile d'olive. Étaler la pâte et découper 8 cercles. Répartir la farce sur la moitié de chacun, avant de replier les bords (en soudant bien) pour réaliser un chausson. Les plonger dans de l'huile d'arachide. Dès qu'ils deviennent dorés, les sortir et les égoutter sur un papier absorbant.

## **Le gnocchi**

### **Provence Alpes Côte d'Azur**



## **Description**

*Variante : gnocchi vert (avec blette ou épinard).*

Appartenant à la famille des pâtes, le gnocchi<sup>1</sup> est une boulette ovale à base d'un mélange de farine de blé dur ou de blé tendre et de pomme de terre (ou bien à base seulement de semoule de blé dur), pochée à l'eau, puis généralement gratinée au four avec du fromage.

La fabrication artisanale du gnocchi débute avec la cuisson à l'eau des pommes de terre. Une fois cuites, elles sont épluchées, réduites en purée, additionnées de beurre, œufs, huile, farine, sel et poivre (certains ajoutent du lait, de l'ail, de la noix de muscade). Le tout, pétri, donnant une pâte souple dont on dégagera de fins boudins. Ceux-ci seront coupés en cubes d'environ deux centimètres. On les roulera ensuite avec le doigt contre les dents d'une fourchette qui y laissera ses striures. Pochés à l'eau bouillante salée une demi-douzaine de minutes, les gnocchis seront écumés et prêts à l'emploi.

#### **Dans l'assiette**

Ce produit bon marché ne manque pas d'originalité avec sa texture moelleuse et son goût assez neutre. En plat principal ou en garniture, il se prépare sauté au beurre et simplement nappé de fromage râpé, puis gratiné, ou bien avec un coulis de tomate ou une autre sauce.

#### **Un peu d'histoire**

Désignant vers le XVe siècle un « petit pain rond », le *gnocco* proviendrait d'un mot vénitien désignant un nœud dans un tissu. Mais certains étymologistes avancent une « piste » niçoise (il proviendrait du dialecte nissart *inhocs*) pour l'origine du mot gnocchi. En frais ou sous-vide, les gnocchis intéressent de nombreux artisans et entreprises du secteur alimentaire.

<sup>1</sup> A ne surtout pas confondre avec cet autre gnocchi (voir gnocchis à la parisienne, à région Île-de-France) qui est une entrée chaude préparée avec de la pâte à chou garnie de béchamel et recouverte de fromage râpé.

## Le ravioli

### Provence Alpes Côte d'Azur



## Description

*Variante : raviole (région Rhône-Alpes)*

Petit carré dodu, farci d'un hachis mi-végétal, mi-animal, le ravioli niçois diffère du ravioli transalpin, fourré uniquement de viande et à la pâte bien plus épaisse.

La préparation de cette pâte se fait à partir de farine de blé très blanche, d'eau, d'huile d'olive, de sel, de poivre et, surtout, d'un seul œuf, ce qui fait la particularité de la recette niçoise ; une fois pétrie, cette pâte est étalée très finement (à l'ancienne, au rouleau sur une planche, ou, de manière industrielle ou semi-industrielle, au laminoir). La farce se compose de feuilles de bettes ou d'épinard, cuites, égouttées et finement hachées, mêlées à de la daube de boeuf hachée, du fromage râpé, de l'œuf, du sel, du poivre, parfois de la chapelure. Les petits tas de farce sont ensuite déposés sur la pâte étalée, puis couverts d'une seconde feuille de pâte que l'on soude à la première. Ne reste plus qu'à découper les petits carrés à la roulette. Souvent vendus en planches, à la douzaine, les raviolis doivent être pochés à l'eau bouillante et écumés dès leur remontée en surface.

#### **Dans l'assiette**

Servis en plat principal ou en garniture d'une viande ou d'un poisson, on les accomode de beurre, de fromage, ou de sauce tomate.

#### **Un peu d'histoire**

D'origine italienne, le ravioli (du verbe *ravuolger* renvoyant à l'action de replier la pâte autour d'une farce) puise ses racines dans la cuisine de l'antiquité romaine. Nice s'en est tôt fait une spécialité, de même que son arrière-pays, notamment dans la vallée de la Roya, où on le servait lors de toutes les occasions festives (baptême, mariage, repas de Noël...).

De nos jours encore, le prix modique des raviolis et leur goût aguicheur, qui séduisent enfants et parents, leur valent les faveurs des familles.

Autre variante du ravioli, les ravioles, dauphinois, de taille encore plus petite que le ravioli niçois, emplis d'une farce fromagère aux herbes.