

PASTEL AZTECA

GÂTEAU
AZTÈQUE

RECETTE FACILE

DE MARÍA LUISA, DIT MALU, MEXIQUE

TEMPS DE PRÉPARATION 50' + TEMPS DE CUISSON 40'

INGRÉDIENTS

pour 6 portions

- > 1 paquet de tortillas de maïs (8 pièces)
- > 2 pots de 250 gr. de salsa verde « La Costeña » (à la Coop)
- > 1 poitrine de poulet, bouillie avec sel, 1 dent d'ail et un demi-oignon
- > ½ fromage Philadelphia
- > 300 gr de fromage râpé
- > 200 gr de demi-crème
- > 1 dent d'ail hachée fin et un demi-oignon haché fin
- > 1 cs de gros sel et du bouillon en poudre pour relever
- > 1 filet d'huile

BUENOS DÍAS ! BONJOUR !

Mon nom est María Luisa, mais tout le monde m'appelle Malu. Je viens de la ville de Puebla, au centre du Mexique.

MES RECETTES?

Ma ville est connue pour certaines de ses spécialités culinaires, comme le « MOLE POBLANO » (une sauce piquante à base de cacao), et les « CHILES EN NOGADA » (des piments verts farcis à la viande et décorés avec de la crème et des graines de grenade).

Les couleurs de ce plat évoquent celles de notre drapeau : vert, blanc et rouge.

Dans ma région on mange encore des spécialités qui viennent du temps d'avant la conquête espagnole. On a aussi incorporé beaucoup d'ingrédients et d'influences européennes pour en arriver à une gastronomie très métissée. Notre cuisine est délicieuse, variée, riche en saveurs différentes. C'est aussi une ambiance particulière. Ce qu'on prépare à manger reflète l'état d'esprit dans lequel on est. Dans les cuisines mexicaines on se met au travail toujours en équipe, il y a d'autres personnes qui donnent un coup de main.

Moi, j'ai appris à cuisiner en regardant ma mère, qui faisait une infinité de plats savoureux avec des ingrédients simples, tels que des œufs ou des haricots. J'adore ça !



PRÉPARATION



1. Laisser refroidir le poulet, puis l'effilochez.
Dans une casserole, faire sauter l'oignon et l'ail dans un filet d'huile, ajouter la sauce verte, porter à ébullition et cuire pendant 7 à 8 min. Puis, ajouter le fromage Philadelphia. Une fois le fromage incorporé, ajouter la demi-crème, assaisonner avec sel et bouillon en poudre. Si nécessaire, ajouter un peu de bouillon de poulet. Retirer du feu.
2. Chauffer de l'huile dans une poêle et passer en vitesse les tortillas dans l'huile, pour qu'elles soient précuites, en veillant à ce qu'elles restent flexibles puis les essorer.
3. Préchauffer le four à 180°. Dans un récipient pour le four, disposer: une couche fine de sauce, une couche de tortilla (doit couvrir tout le récipient), une deuxième couche de sauce, une couche de poulet émietté. Recouvrir avec un peu de fromage râpé. Répéter le processus entier une fois et finir avec une couche de tortilla, une autre de sauce et du fromage, en couvrant tout le récipient. Cuire au four pendant 40 min.

Ce plat s'accompagne de « frijoles refritos » (haricots frits) voire la recette de Nancy.

BUEN PROVECHO ! BON APPÉTIT !

MON PAYS LE MEXIQUE

Un peuple de gens ouverts, aimables et accueillants, qui donne beaucoup d'importance à la famille et aux amis. Même lorsqu'on n'a pas beaucoup, on a la joie de partager et de passer de bons moments entre toutes les générations.

SAIS-TU QUI ÉTAIENT LES AZTÈQUES?

En 1519, à l'arrivée des espagnols sur le continent américain, les aztèques ou mexicas dominaient une grande partie du territoire appelé aujourd'hui le Mexique. Issus d'une tribu arrivée du nord au XIV^e siècle, ils ont arrêté leur migration pour s'établir à l'endroit où ils ont trouvé un aigle mangeant un serpent sur un cactus. C'est du moins ce que raconte la légende et l'image a été reprise sur le drapeau du Mexique. Ils parlaient le nahuatl et avaient une écriture hiéroglyphique.

Comme les peuples qui les ont précédés, les aztèques étaient de grands cultivateurs. Ils récoltaient notamment une graine précieuse, utilisée comme monnaie : le cacao, dont on préparait une boisson amère délicieuse, LE XOCOLATL. Ça te dit quelque chose ?