

Recette
provençalePour les jours
de fêteTemps de
préparationTemps de
cuissonDegré de
facilitéDépense
à prévoirValeur
diététique

VARIANTE

Variante. Vous pouvez remplacer le beurre par de la margarine pour préparer la pâte feuilletée.

LES CONSEILS DU CHEF

Une pâte feuilletée surgelée peut être utilisée en observant les conseils de décongélation imprimés sur l'emballage.

Les allumettes aux anchois sont très agréables en apéritif, vous pouvez proposer en plus des mini quiches lorraines et des mini pizzas. Préparez une grande quiche et une grande pizza que vous découperez vous-même à la dernière minute. Cela donne moins de travail et c'est toujours aussi bon.

LES VINS OU LES BOISSONS

Un apéritif anisé, un xérès sec,
un vin blanc sec.



INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 6 anchois salés.
- 1 boîte d'anchois à l'huile.
- 60 g de beurre.

Pour 250 g de pâte feuilletée :
■ 100 g de farine, 75 g de beurre.

LA RECETTE

1. Faites dessaler les anchois dans de l'eau tiède renouvelée plusieurs fois pendant 3 à 4 heures.
2. Mettez la farine en puits dans une terrine et travaillez-la, peu à peu, avec assez d'eau pour obtenir une pâte souple. Roulez-la en boule, enveloppez-la et laissez reposer 10 minutes au frais.
3. Étalez la pâte au rouleau et disposez au centre le beurre coupé en petits morceaux. Ramenez les côtés de la pâte dessus pour l'enfermer. Laissez reposer 15 minutes.
4. Étalez en une bande rectangulaire 3 fois plus longue que large. Pliez la bande en trois. Faites-la pivoter d'un quart de tour, étalez à nouveau et repliez en trois. Laissez reposer 15 minutes.
5. Pendant le repos de la pâte, égouttez les anchois, essuyez-les avec du papier absorbant. Grattez la peau s'il y a lieu et enlevez les arêtes. Pilez les filets d'anchois obtenus avec 30 g de beurre.
6. Allumez le four au thermostat 7 (230°C).
7. Étalez la pâte feuilletée comme au point 4. Recouvrez-la d'une fine couche de pâte d'anchois, repliez en trois, faites pivoter d'un quart de tour, puis étalez de nouveau. Repliez en trois et laissez reposer 10 minutes.
8. Allongez la pâte en une bande de 8 cm de largeur environ, sur 1,5 à 1 cm d'épaisseur. Détaillez des allumettes de 1,5 cm de largeur dans toute la longueur. Badigeonnez-les avec le jaune d'œuf dilué dans un peu d'eau.
9. Égouttez et épongez les filets d'anchois à l'huile. Disposez-les sur les allumettes.
10. Beurrez la plaque du four. Déposez-y les allumettes et faites cuire 12 à 15 minutes à four chaud. Les allumettes aux anchois peuvent se déguster chaudes ou froides.