

Atelier CUCINA du mercredi 2 février 2022
Maison des Confluences – Nantes
LASAGNE ALLA BOLOGNESE



Christian et moi-même, administrateurs bénévoles au CCFI, avons décidé de faire toutes les courses pour l'atelier Cucina, pour des raisons de praticité d'une part, et d'autre part pour une uniformité de la qualité des produits de préférence bio pour la recette. Les produits typiquement italiens comme **la pancetta**, **la polpa di pomodoro** bio en vrac (pulpe de tomate) ou le **Grana Padano** bio (fromage traditionnel à base de lait de vache à pâte pressée cuite produite dans l'Italie du nord) viennent de la boutique du Chef Stefano Marcon, **Dolce peccato**.

Le montant total des courses est ensuite divisé entre le nombre de participants. Chacun repartira avec deux portions du plat. Nous retrouvons Véronique, Patricia, Ghislaine, Lionel, Francis, Anne-Marie, Christiane et Christian dûment ceints d'un tablier de cuisine et masqués, précaution sanitaire oblige.

Pour ce deuxième atelier, Stefano a décidé de réaliser un plat de « **lasagne alla bolognese** » de A à Z, c'est-à-dire **la pasta** elle-même, **il ragù** (la sauce) et **la Besciamella** (la béchamel).

La présentation des origines de la recette sera succincte car il y a fort à faire. D'ailleurs nous dépasserons d'une heure le temps imparti à l'atelier !

Laganum dans la Rome antique succession de crêpes et de couches de viande ou de poisson ; l'ajout de fromage se fera vers le quatorzième siècle à Naples puis les tomates au 19^{ème} siècle.

Les épinards (**Spinaci**) frais cuits ajoutés à la pâte signent cette recette traditionnelle.

LA RECETTE (Difficile de donner les proportions pour 2 ou 4 personnes quand nous avons calculé pour 20 portions. L'important étant de participer)

Ingrédients pour il ragù :

Pancetta (poitrine de porc épicée, salée, séchée mais pas fumée) et Viande de bœuf hachée
Carottes, Oignons, céleri branche et Pulpe de tomate. Vin blanc sec. Bouillons de bœuf en cube
Lait entier (facultatif) et Huile d'olive et/ou beurre, sel, poivre.

Ingrédients pour la pasta :

Farine bio, Œufs, Epinards frais

Ingrédients pour la besciamella :

Farine, Beurre, Lait entier, Noix muscade, Sel fin



Première étape : la préparation du ragù avec l'équipe de pluches : carottes, céleri branche, oignons en petits morceaux pour mettre en route le ragù qui nécessite deux heures de cuisson.

Faire revenir à feu vif dans l'huile et un peu de beurre, la pancetta, et ajouter les carottes, le céleri branche, les oignons, puis la viande hachée, puis du vin blanc, et enfin la pulpe de tomate, sel et poivre





Allonger la sauce avec du *brodo* (bouillon) réalisé avec les bouillons cubes, et laisser mijoter, aux trois-quarts couverts en surveillant la cuisson. Il ne faut pas que cela attache ! C'est parti pour deux heures !



Faire cuire les épinards frais avec un fond d'eau. Les égoutter avec *uno scolapasta* (passoire). Par la même occasion nous révisons notre vocabulaire italien.

Deuxième étape : la pasta

Dans un saladier (*una ciotola*) mélanger la farine, les oeufs, un peu d'huile et **pétrir**. C'est le Chef qui s'y colle en transpirant à grosses gouttes. **Laisser reposer (la pâte !)**



Puis **intégrer les épinards** cuits et hachés dans la pâte. **Laisser reposer**



Maintenant il s'agit **d'affiner les boules de pâte** joliment marbrées de vert grâce aux machines à lasagne. Un premier passage au numéro 0 puis un second voire un troisième jusqu'au numéro 6.





Troisième étape : la préparation de la béchamel



Et la mise en couches des trois préparations : la pâte, le ragù, la béchamel, le fromage et on répète.



Il faut encore faire cuire l'ensemble 25 à 30 minutes



Pendant ce temps d'aucuns s'activent pour laisser les salles propres car nous sommes un peu « à la bourre » ! Les odeurs chaudes et appétissantes du ragù s'évadent de la cuisine et dévalent les escaliers jusqu'à l'accueil de la **Maison des Confluences** qui nous prête sa cuisine. Merci à elle.

Le reste de vin blanc ne sera pas perdu, juste de quoi trinquer à ce marathon culinaire avant de repartir chacun avec ses deux portions de **lasagne alla bolognese** à déguster chez soi.



Prochain atelier le mercredi 16 mars pour une nouvelle surprise gastronomique. *Salute !*



Et Maintenant du balai !