



# CATAPLANA

Nous espérons sincèrement que vous serez très heureux avec notre traditionnelle Cataplana que vous voulez profiter de recettes aussi spécial que celles indiquées ci-dessous. Bon appétit...

**Un mot d'avertissement:** soyez très prudent l'ouverture de la Cataplana lors de la cuisson, car la vapeur emprisonnée peut être intense.

**Rappelez-vous:** vous ne devez ajouter du liquide très peu. Pour recréer les saveurs authentiques de la Cataplana, il suffit d'ajouter le vin blanc à un Cataplana de poulet ou de poisson, et le vin rouge à la viande.

## PORC AVEC MOULE

1. Passer la viande pour la farine assaisonnée. Mettre la graisse dans une poêle, ajouter le filet et faire le roux pendant 3 à 4 minutes.
2. Ajouter l'oignon et l'ail et laisser cuire pendant 3 minutes.
3. Ajouter les tomates, le sel, la poivre, la paprika et le thym. Arroser avec 100ml de vin. Mettre dans la cataplana.
4. Enfourner (170°C / 325°F / GAZ 3) pendant 1 heure.
5. Mettre les moules dans une casserole avec le vin restant et le persil. Couvrir, agiter et mettre sur le feu fort presque 4 minutes.
6. Rétirer les moules et extraire les deux coquilles ou seulement une d'elles. Jeter hors les moules fermés.
7. Ajouter au filet et mêler bien. Servir immédiatement avec des pommes de terre frites.

## RIZ FRIAND

1. Mettre l'huile, l'oignon et l'ail dans une poêle et faire le roux pendant 2 à 3 minutes.
2. Ajouter les piments et les carottes et faire le roux pendant 1 minute.
3. Ajouter le riz, le safran des Indes et la paprika et assaisonner. Agiter très bien et ajouter, alors, le vin et le poisson. Laisser cuire pendant 3 minutes ou jusqu'à le vin être absorbé.
4. Ajouter le bouillon, le persil et les olives. Mettre dans la cataplana et enfourner (170°C / 325°F / GAZ 3) pendant 45 minutes.
5. Servir garni de rouelles de citron.

## POULE PIQUANTE

1. Chauffer le beurre dans une poêle. Ajouter les morceaux de poule et l'ail et faire le roux pendant 7 à 8 minutes. Tourner la viande afin qu'elle puisse blondir également.
2. Enrouler chaque morceau de poule dans un milieu de tranche de jambon et mettre dans le fond de la cataplana.
3. Mettre les végétales autour de la poule et verser la moutarde. Arroser avec le vin de Porto et le vin blanc sec et assaisonner avec sel et poivre.
4. Fermer la cataplana et enfourner. Le four doit être déjà chaud (200°C / 400°F / GAZ 6), pendant 15 minutes. Réduire le four pour 170°C / 325°F / GAZ 3 pendant une heure. Décorer avec des coriandres et servir avec du riz cuit.



### **BOUILLABAISSSE**

1. Mettre le pain, les amandes, le persil, le safran, l'ail et le jus de citron dans le tritrateur jusque nous avons une pâte.
2. Chauffer l'huile dans une poêle, ajouter la préparation antérieure et faire le roux pendant 1 à 2 minutes.
3. Ajouter, alors, le poisson, les assaisonnements et la farine. Ajouter le bouillon de poisson et arroser graduellement avec le vin blanc.
4. Changer pour la cataplana et enfourner (170°C / 325°F / Gaz 3) pendant 3 minutes. Ajouter les poids et laisser cuire pendant 15 minutes.
5. Servir avec le persil haché.

### **FOIE DE L'ALGARVE**

1. Mêler les ingrédients de la marinade. Ajouter le foie, le grousse d'ail et laisser reposer pendant 12 heures dans un lieu frais et remuer de temps en temps.
2. Chauffer l'huile dans poêle. Ajouter le filet de porc et laisser fritter jusqu'il devient cassable.
3. Retirer le foie de la marinade et séché-le. Couler la marinade.
4. Ajouter le foie et les petits oignons au filet de porc et laisser blondir pendant 4 à 5 minutes. Arroser avec la marinade. Ajouter les champignons et les coriandres.
5. Mettre dans la cataplana et enfourner (170°C / 325°F / Gaz 3) pendant 30 minutes.
6. Ajouter la farine défaits en 2 cuillers à potage d'eau, mêler et laisser cuire pendant 10 minutes.
7. Servir immédiatement avec du purée de pomme de terre.

### **MOUTON AVEC VÉGÉTALES**

Chauffer une cuiller à potage d'huile dans une poêle. Ajouter la viande et tourner jusqu'elle aie un ton marron. Assaisonner avec le sel et la poivre. Changer pour la cataplana.

Ajouter l'huile restant, l'oignon, l'aubergine, les pommes de terre, l'ail et les malaguettes et laisser cuisiner pendant 4 à 5 minutes.

Ajouter les piments, le thym, la paprika et le laurier et arroser avec le vin. Laisser cuire pendant 1 à 2 minutes. Ajouter la viande et faire le roux jusque blondir.

Enfourner (180°C / 350°F / Gaz 4) pendant 4 minutes.

Garnir avec des rouelles de citron et servir avec du riz ou des pommes de terre et une salade verte.



## CATAPLANA/WOK

Nous espérons sincèrement que vous serez très heureux avec notre traditionnelle Cataplana que vous voulez profiter de recettes aussi spécial que celles indiquées ci-dessous. Bon appétit...

**Un mot d'avertissement:** soyez très prudent l'ouverture de la Cataplana lors de la cuisson, car la vapeur emprisonnée peut être intense.

**Rappelez-vous:** vous ne devez ajouter du liquide très peu. Pour recréer les saveurs authentiques de la Cataplana, il suffit d'ajouter le vin blanc à un Cataplana de poulet ou de poisson, et le vin rouge à la viande.

### PORC AVEC MOULE

1. Passer la viande pour la farine assaisonnée. Mettre la graisse dans une poêle, ajouter le filet et faire le roux pendant 3 à 4 minutes.
2. Ajouter l'oignon et l'ail et laisser cuire pendant 3 minutes.
3. Ajouter les tomates, le sel, la poivre, la paprika et le thym. Arroser avec 100ml de vin. Mettre dans la cataplana.
4. Enfourner (170°C / 325°F / GAZ 3) pendant 1 heure.
5. Mettre les moules dans une casserole avec le vin restant et le persil. Couvrir, agiter et mettre sur le feu fort presque 4 minutes.
6. Retirer les moules et extraire les deux coquilles ou seulement une d'elles. Jeter hors les moules fermés.
7. Ajouter au filet et mêler bien. Servir immédiatement avec des pommes de terre frites.

### RIZ FRIAND

1. Mettre l'huile, l'oignon et l'ail dans une poêle et faire le roux pendant 2 à 3 minutes.
2. Ajouter les piments et les carottes et faire le roux pendant 1 minute.
3. Ajouter le riz, le safran des Indes et la paprika et assaisonner. Agiter très bien et ajouter, alors, le vin et le poisson. Laisser cuire pendant 3 minutes ou jusqu'à le vin être absorbé.
4. Ajouter le bouillon, le persil et les olives. Mettre dans la cataplana et enfourner (170°C / 325°F / GAZ 3) pendant 45 minutes.
5. Servir garni de rouelles de citron.

### POULE PIQUANTE

1. Chauffer le beurre dans une poêle. Ajouter les morceaux de poule et l'ail et faire le roux pendant 7 à 8 minutes. Tourner la viande afin qu'elle puisse blondir également.
2. Enrouler chaque morceau de poule dans un milieu de tranche de jambon et mettre dans le fond de la cataplana.
3. Mettre les végétales autour de la poule et verser la moutarde. Arroser avec le vin de Porto et le vin blanc sec et assaisonner avec sel et poivre.
4. Fermer la cataplana et enfourner. Le four doit être déjà chaud (200°C / 400°F / GAZ 6), pendant 15 minutes. Réduire le four pour 170°C / 325°F / GAZ 3 pendant une heure. Décorer avec des coriandres et servir avec du riz cuit.



### **BOUILLABAISSE**

1. Mettre le pain, les amandes, le persil, le safran, l'ail et le jus de citron dans le tritrateur jusqu'à nous avons une pâte.
2. Chauffer l'huile dans une poêle, ajouter la préparation antérieure et faire le roux pendant 1 à 2 minutes.
3. Ajouter, alors, le poisson, les assaisonnements et la farine. Ajouter le bouillon de poisson et arroser graduellement avec le vin blanc.
4. Changer pour la cataplana et enfourner (170°C / 325°F / Gaz 3) pendant 3 minutes. Ajouter les poids et laisser cuire pendant 15 minutes.
5. Servir avec le persil haché.

### **FOIE DE L'ALGARVE**

1. Mêler les ingrédients de la marinade. Ajouter le foie, le gousse d'ail et laisser reposer pendant 12 heures dans un lieu frais et remuer de temps en temps.
2. Chauffer l'huile dans poêle. Ajouter le filet de porc et laisser fritter jusqu'il devient cassable.
3. Retirer le foie de la marinade et séché-le. Couler la marinade.
4. Ajouter le foie et les petits oignons au filet de porc et laisser blondir pendant 4 à 5 minutes. Arroser avec la marinade. Ajouter les champignons et les coriandres.
5. Mettre dans la cataplana et enfourner (170°C / 325°F / Gaz 3) pendant 30 minutes.
6. Ajouter la farine défaits en 2 cuillères à potage d'eau, mêler et laisser cuire pendant 10 minutes.
7. Servir immédiatement avec du purée de pomme de terre.

### **MOUTON AVEC VÉGÉTALES**

Chauffer une cuiller à potage d'huile dans une poêle. Ajouter la viande et tourner jusqu'elle aie un ton marron. Assaisonner avec le sel et la poivre. Changer pour la cataplana.

Ajouter l'huile restant, l'oignon, l'aubergine, les pommes de terre, l'ail et les malaguettes et laisser cuisiner pendant 4 à 5 minutes.

Ajouter les piments, le thym, la paprika et le laurier et arroser avec le vin. Laisser cuire pendant 1 à 2 minutes. Ajouter la viande et faire le roux jusque blondir.

Enfourner (180°C / 350°F / Gaz 4) pendant 4 minutes.

Garnir avec des rouelles de citron et servir avec du riz ou des pommes de terre et une salade verte.