



# *Trofie alla Paolina*



*Fabio Sancilles*

Version française réalisée par Fabio Sancilles



## Histoire du plat

Les pâtes à la “Pauline” est un plat traditionnel de Palerme qui a été transmis de génération en génération dans les familles de la ville. Elles semblent être nées des mains d'un moine du monastère de San Francesco di Paola, cuisinier à Palerme.



La recette originale a changé au fil du temps, de sorte que nous avons maintenant des dizaines de variantes.

# La recette

## *Les ingrédients pour 6 personnes sont les suivants:*

- 600 g de trofie (forme de pâtes fraîches)
- 1 kg de chou-fleur
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 250 g de sauce tomate
- 50 g d'anchois salés
- 100 ml huile d'olive extra vierge
- 2-3 feuilles de basilic
- une cuillère à café de cannelle en poudre
- 2 gousses de clous de girofle (pulvérisé)

## *Ustensiles*

- hachoir
- éplucheur
- cuillère en bois
- passoire

## *Temps de préparation*

Temps de préparation: 30 minutes

Temps de cuisson: 15 minutes

Difficulté: moyenne

## *Préparation*

- Faire bouillir le chou-fleur dans de l'eau salée et garder l'eau de cuisson pour faire cuire les pâtes.
- Dans une poêle avec de l'huile bouillante, faire frire l'oignon émincé, l'ail, les clous de girofle, la cannelle, la sauce de tomate et les filets d'anchois qui auront été lavés et désarêtés.
- Poursuivre la cuisson pendant 10-15 minutes.
- Assaisonner après la cuisson.
- Dans l'eau de cuisson du chou-fleur, cuire les trofie « al dente ». Les égoutter.
- Les faire sauter à la poêle ("arriminare") avec la sauce déjà préparée.
- Servir avec du poivre noir fraîchement moulu.



## Variante de la recette

# " *Pasta chi vruoccoli arriminati* " (Pâtes aux brocolis sautées à la poêle).

### *Ingrédients pour 4 personnes:*

- 400 g de bucatini (type de pâtes)
- 1 chou-fleur « brocoli » d' 1kg
- 50 g de raisins secs
- 50 g de pignons
- 1 sachet de safran
- 1 oignon
- 50 g d'anchois salés
- 100 ml d'huile d'olive vierge
- sel et poivre



### **Préparation**

- Nettoyer soigneusement le chou-fleur « brocoli »
- Le blanchir dans de l'eau bouillante salée pendant 10 minutes.
- Hacher finement l'oignon et le faire revenir dans une poêle avec 100 ml d'huile d'olive.
- Ajouter les anchois nettoyés dans la sauce et les écraser avec une fourchette.
- Ajouter les raisins secs, les pignons et les têtes du brocoli.
- Les faire revenir à feu moyen, en remuant pour ne pas brûler.
- Ajouter le safran préalablement dilué dans un peu d'eau de cuisson du brocoli.
- Assaisonner avec le sel et le poivre et laisser cuire pendant 15 minutes.
- Cuire les pâtes à « al dente », les égoutter.
- Les ajouter à la casserole de sauce et mélanger.
- Laisser reposer pendant environ 2 minutes avant de servir.

