



Les « arancine »

de la tradition à l'innovation



Andrea Saladino

Version française réalisée par Andrea Saladino



Istituto Statale d'Istruzione Secondaria Superiore « Abele Damiani »

SON HISTOIRE...ET ORIGINE GEOGRAPHIQUE

L'arancina est née à Palerme mais au fil des siècles, elle s'est diffusée dans le reste de la Sicile. Le nom Arancina dérive des fruits "orange" et signifie une petite orange.

L'origine de ce plat remonte à l'époque de la domination arabe en Sicile, qui a duré du IXe au XIe siècle. Les Arabes avaient l'habitude de malaxer un peu de riz au safran dans la paume de leur main, puis de l'assaisonner avec de la viande d'agneau avant de le manger. La comparaison avec des oranges était naturelle en Sicile car ce fruit est très commun sur l'île.

A Palerme, elle était appelée "arancina", tandis qu'à Catania et à Messina son nom était "arancino" au masculin et "arancini" au pluriel. La forme ronde est une particularité de l'arancina de Palerme, tandis que la forme conique est typique de Catania.

L'idée de donner à cette délicieuse recette une touche de croquant et la forme ronde, dérive d'un besoin pratique. En effet, il semble que le roi Frédéric II de la Maison de Souabe (Svevia) aimait tellement ce plat qu'il voulait l'emporter avec lui pendant ses journées de chasse dans le bois " Ficuzza" près de Palerme. C'est pour cela qu'on a pensé à frire ces boulettes de riz dans une panure parfumée pour pouvoir les transporter.





Photos du Palais Royal de Frédéric II et du Bois "Ficuzza"

LA RECETTE

En Sicile, vous trouverez les arancini partout et à tout moment, comme apéritif, comme plat principal et aussi dans les rues comme "street food".



Dans cette recette, je vais vous présenter l'arancina typiquement sicilienne au ragoût de veau et sa variante jambon-fromage.

Il existe aussi une variante novatrice à l'espadon et aubergines.

Les ingrédients

Ingrédients pour 20 arancine:

1 kg de riz demi-fin
1,5 litre de bouillon de légumes
1 poireau ou 1 oignon blanc moyen
1 sachet de safran
30 g de beurre
50 g de fromage parmesan râpé ou caciocavallo
3 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge
du sel selon goût

Pour une farce au ragoût de veau:

200 g de veau haché.
200 g de porc haché
sauce de tomates.
300 g de petits pois frais ou congelés.
1 carotte
1 branche de céleri
1 oignon blanc moyen
1 verre de vin rouge
de l'huile d'olive.

Pour la panure:

100 g de farine.
sel et poivre.
un demi-litre d'eau.
300 g de chapelure pour la panure
de l'huile de pépins pour la friture

Différentes variantes

Pour une farce à l'espadon et aubergines:

1 kg de riz.
1 litre et demi de bouillon de poisson.
2 poireaux
1 sachet de safran.
30 g de beurre.
3 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge
sel et poivre
600 g d'espadon
500 g d'aubergine

Pour une farce au jambon

60 g de jambon cuit
120 g de mozzarella



Préparation avec une farce au ragoût ou au jambon



Pour préparer des boulettes de riz, commencez par faire bouillir le riz dans 1,2 l d'eau bouillante salée (1) de manière à ce que, après la cuisson, l'eau soit complètement absorbée (ce qui permet à l'amidon de rester dans le pot et ainsi, vous obtiendrez un riz très sec et compact). Cuisez pendant environ 15 minutes, puis faites dissoudre le safran dans un peu d'eau et ajoutez le au riz cuit (2). Mélangez avec le beurre (3).



Ajoutez le fromage râpé (4) et mélangez bien le tout. Versez et étalez le riz sur un large plateau (5) et recouvrez-le d'un film plastique. Laissez refroidir complètement. Le film empêche la surface du riz de sécher.

Pendant ce temps, consacrez-vous à la farce: le ragoût de viande.

Pelez et coupez finement l'oignon, la carotte et le céleri(6).



Faites revenir l'oignon, la carotte et le céleri hachés dans une poêle avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive et le beurre (7), puis ajoutez le veau et le porc hachés (8); faites revenir à feu vif, puis ajoutez le vin (9) et laissez-le s'évaporer .



Maintenant, ajoutez la purée de tomate (10), ajoutez le sel et le poivre selon vos goûts et laissez mijoter à couvert pendant 20 minutes.

À mi-cuisson, ajoutez les petits pois (11-12) (si nécessaire, vous pouvez ajouter un peu d'eau chaude, ainsi, la sauce sera coagulée et non liquide).



Lorsque les petits pois sont cuits, coupez en dés le caciocavallo (13).

Pour la farce au jambon, découpez le jambon en dés (14) ainsi que la mozzarella (15).



Une fois que le riz sera complètement refroidi (il faudra au moins quelques heures), avec une cuillère à soupe, prenez environ 120 g de riz, mettez-le au centre de la main pour former un bassin (16). Versez-y une cuillère à café de ragoût (17) et ajoutez quelques cubes de fromage (18).



Ensuite, prenez un peu de riz pour couvrir et fermez la boulette de riz (19) en lui donnant une forme ronde ou pointue (20).

Pour la farce au jambon, farcir chaque arancina (formée d'environ 130 gr de riz) avec des dés de jambon et de mozzarella (21).



Cette variante est traditionnellement appelée "al burro" (22).
 Maintenant que tous les arancini sont prêts (23), préparez la pâte pour les frire:
 dans un bol versez la farine, une pincée de sel et un filet d'eau (24).
 Mélangez bien le tout avec un fouet pour éviter les grumeaux.



Puis plongez les arancini, un à un, dans la pâte (25) en essayant de les couvrir entièrement (26) et roulez-les dans la chapelure (27).



Dans une casserole, chauffez l'huile à la température de 170-180 °, puis faites frire un arancino à la fois (28) (maximum deux pour ne pas faire baisser la température de l'huile).
 Lorsqu'ils sont de couleur brune-dorée (29), on les place sur un plateau recouvert de serviettes en papier (30) pour essuyer l'huile en excès.

Conservation

Vous pouvez conserver les arancini dans le réfrigérateur pendant quelques jours.
 Si vous avez utilisé tous des ingrédients frais, vous pouvez également les congeler mais non frits car c'est mieux de les frire juste avant de les manger.