

## Feuilles de vigne farcies

Préparation et cuisson: env. 90 min  
Pour env. 20 pièces

Dolmadakia

20 **feuilles de vigne** en bocal  
(env. 80 g), égouttées

les séparer, les tremper env. 20 min dans de l'eau froide, la changer deux fois

### Farce

2 c. à soupe **d'huile d'olive**

chauffer dans une casserole

1 **oignon**, finement haché

faire revenir

3 c. à soupe **de persil plat**, haché fin

5 **feuilles de menthe**,  
finement coupées

¼ de c. à café **de cannelle**

étuver le tout un instant

200 g **de riz à risotto**,  
p. ex. arborio, vialone

ajouter, étuver le riz en remuant, jusqu'à ce qu'il devienne transparent

env. 6 dl **de bouillon de légumes**,  
chaud

verser peu à peu en remuant souvent et en veillant à ce que le riz reste juste recouvert de liquide. Le cuire à feu doux jusqu'à ce qu'il soit *al dente* (env. 20 min).

5 c. à soupe **de pignons**, grillés

4 c. à soupe **de raisins de Corinthe** ou de  
raisins secs

½ **limette non traité**, zeste râpé,  
et jus

incorporer le tout

selon besoin **sel et poivre**

assaisonner, laisser refroidir

1 **citron non traité** ou une limette,  
en quartiers

pour le décor

**Façonnage:** poser les feuilles, nervures vers le haut, sur le plan de travail. Déposer env. 2 c. à soupe de farce au centre de chaque feuille, replier les côtés, enrouler serré. Disposer les rouleaux côte à côte et en plusieurs couches, ajouter env. 3 dl d'eau chaude, lester avec une assiette. Couvrir et laisser frémir env. 20 min au seuil de l'ébullition. Servir chaud ou froid avec les quartiers de citron.

**Idéal avec:** tzatziki



Autre idée: remplacer les feuilles de vigne par du chou chinois, de la laitue ou de la bette. Blanchir les feuilles un instant.

## Guide des produits

(Grèce)

### Feuilles de vigne

En grec, le mot *dolmadakia* désigne les jeunes feuilles glabres et non traitées du cep de vigne.

Utilisation: pour farcir.

Conservation: voir la date limite; une fois le bocal ouvert, env. 4 jours dans de l'eau salée, au réfrigérateur.

Produit de remplacement: chou chinois, laitue, bette.

### Raisins de Corinthe

Raisins séchés à petits grains, bleu-rouge à noir-violet, sans pépins. Leur goût est légèrement acide à âpre et ils ne sont généralement pas traités au soufre.

Utilisation: pour affiner des mets doux et épicés.

Conservation: env. 6 mois.

### Raisins secs

Il s'agit de gros grains de raisins séchés, de couleur bleue à brune. Leur saveur est très aromatique et une de leurs caractéristiques est la présence de pépins.

Utilisation: pour affiner des mets doux et épicés.

Conservation: env. 6 mois.

### Limettes

Il s'agit d'un agrume plus petit et plus doux que le citron, à pulpe presque sans pépins, très juteux et au goût prononcé. Les limettes sont très sensibles au froid.

Utilisation: pour des mets chauds ou froids, doux et épicés.

Conservation: env. 2 semaines.

### Pignons

Graines extraites de la pomme de pin (âgée de 3 ans) du pin parasol. Les pommes de pin sont séchées jusqu'à ce qu'elles s'ouvrent et les graines apparaissent. Les pignons sont commercialisés mondés.

Utilisation: pour des mets chauds et froids, doux et épicés. Leur saveur s'intensifie lorsqu'ils sont grillés.

Conservation: à cause de leur forte teneur en graisse, ils rancissent rapidement. Il faut donc les conserver au frais, de préférence dans le réfrigérateur et les consommer rapidement ou les congeler.



## Conseils et astuces

(Feuilles de vigne farcies)

---



1) Griller 5 c. à soupe de pignons sur du papier absorbant au four à micro-ondes: **6 min/850 W**, sans couvrir, remuer à mi-cuisson.



2) Plus rapide: râper le citron avec «La râpe magique». Attention: ne pas râper la partie blanche du zeste, son goût est amer.



3) Farcir les feuilles de vigne: disposer les feuilles, nervures vers le haut, répartir la farce, replier les côtés, enrouler serré.