

Au Népal, Oscar et Sacha ont appris à cuisiner...

les momos

façon Papa Jim !





Ingrédients



- 200 G DE FARINE (T55)
- 100 ML D'EAU TIÈDE
- 200 G DE POULET HACHÉ

(Pour une version végétarienne, tu peux remplacer par du tofu écrasé ou des pommes de terre écrasées.)

- 1 PETITE CAROTTE RÂPÉE FINEMENT
- 1 PETIT MORCEAU DE POIREAU OU DE CHOU BLANC ÉMINCÉ FINEMENT
- ÉPICES AU CHOIX : GINGEMBRE, CURCUMA, CUMIN, MASALA
- 1 FILET D'HUILE DE SÉSAME, SEL

1 LA PÂTE

Dans un saladier, mélange la farine et l'eau pendant 10 à 15 min jusqu'à obtenir une pâte ferme et homogène. (Si elle est trop sèche, ajoute quelques gouttes d'eau ; si elle colle trop, ajoute un soupçon de farine.) Couvre la pâte et laisse-la reposer pendant au moins 20 min.

2 LA GARNITURE

Dans un saladier, mélange bien avec tes mains le poulet haché, les légumes, les épices, l'huile de sésame et un peu de sel.

3 LA DÉCOUPE

Étale toute la pâte finement sur un plan de travail fariné. Prends un verre retourné et appuie pour découper de jolis ronds parfaits !

4 LE PLIAGE

Pose un disque de pâte à plat sur ta main. Dépose une petite cuillère à café de farce au centre. Humidifie le bord de la pâte avec un peu d'eau sur ton doigt.

Plie le rond en deux pour former une demi-lune, et appuie bien sur les bords pour fermer le ravioli.

5 LA CUISSON

Avec un adulte, huile légèrement le fond de ton panier vapeur (pour éviter que les momos ne collent). Dépose les momos en veillant à ce qu'ils ne se touchent pas. Fais cuire à la vapeur au-dessus d'une casserole d'eau bouillante pendant 10 à 12 min. La pâte doit devenir un peu transparente et le poulet doit être bien cuit à l'intérieur.

Miam !