

Tapenade

(recette provençale)

Faire tremper les anchois pendant 1 heure. Préparation: 30 minutes. Pas de cuisson.

Pour 6 personnes.

250 g d'olives noires; 125 g d'anchois au sel; 100 g de miettes de thon à l'huile; 100 g de câpres; 1 citron; 1/4 de litre d'huile d'olive; 4 gousses d'ail; poivre frais moulu; sel. Facultatif : 1 petit verre de cognac.

Laver les anchois; en lever les filets; les mettre dans une terrine; les couvrir d'eau froide et les laisser tremper pendant une heure.

Dénoyauter les olives, presser le citron pour en extraire le jus; éplucher les gousses d'ail.

Passer à la moulinette les olives, les gousses d'ail, les câpres et les miettes de thon, pour obtenir une purée fine et homogène,

Egoutter les filets d'anchois, les éponger et les passer également à la moulinette.

Passer ces différents éléments au tamis (passoire fine) en pressant bien.

Mettre cette purée dans un mortier; l'écraser au pilon en y incorporant l'huile d'olive en un petit filet continu : la tapenade doit se présenter comme une pâte lisse et épaisse.

Incorporer alors le jus de citron et, s'il y a lieu, le cognac; vérifier et rectifier l'assaisonnement; poivrer largement.

Note: On pourra servir la tapenade avec des œufs durs ou sur des tranches de pain de campagne grillées et frottées d'ail.



Clic sur l'image pour l'agrandir

Retour : cliquez sur « Page précédente » de votre navigateur

Recette proposée par



[Toque Blanche - Logiciel](#)

La plupart des recettes proviennent d'une collection personnelle des années 1950 aux années 1990 de magazines féminins d'éditeurs français et belges; les photos accompagnant certaines recettes ont la même source.