

Ravioli souabes (Maultaschen)

swissmilk

Ingrédients

4 portions

farine pour le plan de travail

Pâte:

300 g de farine

2 cs de beurre fondu

1½ cc de sel

3 oeufs

2 cs d'eau

Farce:

500 g d'épinards en branches surgelés

500 g de viande hachée (pas maigre)

1 bouquet de persil finement haché

2 oeufs

1 jaune d'oeuf

2 – 4 cs de chapelure

sel

poivre

noix de muscade

1 blanc d'oeuf

1 l de bouillon

Préparation

Préparation: 40min

Repos: 45min

Temps total: 1h10min

1. Pâte: mélanger tous les ingrédients. Pétrir jusqu'à l'obtention d'une pâte souple. Envelopper dans du film alimentaire et laisser reposer au moins 30 min au réfrigérateur.



2. Farce: cuire les épinards selon les indications de l'emballage. Bien les égoutter en les pressant dans un tamis. Laisser refroidir. Hacher grossièrement. Mélanger les épinards avec le reste des ingrédients, rectifier l'assaisonnement.
3. Abaisser finement la pâte par portions sur un peu de farine en formant à chaque fois un rectangle de la taille d'une feuille A4 (env. 30×20 cm). Découper en quatre larges bandes. Déposer 2 cs de farce au milieu de chaque bande en laissant un bord de 1–2 cm. Former un rectangle avec la farce pour obtenir un ravioli rectangulaire. Badigeonner les bords de blanc d'oeuf. Rabattre la moitié supérieure de la bande sur la farce, puis la moitié inférieure par-dessus. La farce est maintenant enveloppée dans une couche et demie de pâte. Bien appuyer sur les bords. Déposer les ravioli sur une surface bien farinée.
4. Porter le bouillon à ébullition, puis baisser le feu. Cuire les ravioli par portions 10–12 min dans le bouillon légèrement frémissant.
5. Servir directement avec le bouillon ou poursuivre la préparation (voir astuce).

Les ravioli souabes se conservent env. 4 jours au réfrigérateur. Ils peuvent aussi être congelés. Durée de conservation: 5 mois.

Sous quelle autre forme les servir?

Dorer les ravioli à la poêle et les servir avec une salade.

Couper les ravioli en larges bandes. Les faire revenir avec beaucoup d'oignons.

Par portion: Énergie: 3161kJ / 755kcal, lipides: 35g, glucides: 61g, protéines: 47g