

Pâte Phyllo.

La pâte phyllo aussi orthographiée filo, yufka en turc, est une mince pâte feuilletée, utilisée dans la cuisine méditerranéenne. Son nom vient du grec ancien φύλλον / phýllon, qui signifie « feuille ».

L'épaisseur peut varier de celle d'une feuille de papier à plusieurs millimètres. Dans les cuisines grecque, turque, cuisine arménienne ou balkanique, cette pâte est utilisée dans de nombreuses pâtisseries, comme les böreks (byrek dans la cuisine albanaise), ou encore les baklavas. Dans la cuisine germanique, la pâte est appelée Strudelteig, et les pâtisseries à la pâte phyllo sont appelées Strudel.

À partir d'un mélange de farine, de sel, d'eau et de matière grasse (beurre ou huile d'olive), la pâte est travaillée au rouleau, ou à la main, par étirage et roulage successifs, jusqu'à obtenir une feuille translucide aussi mince que du papier de soie. Le produit est utilisé en plusieurs feuilles superposées, souvent badigeonnées de beurre, ou une seule, pliée en chausson selon la taille, puis cuit au four.

Ingrédients :

- 400 gr de farine tout usage
- 10 gr de bicarbonate de soude
- 5 gr de sel
- 85 gr de beurre non salé clarifié
- 180 ml de lait tiède (ou d'eau)
- 2 CàS de vinaigre blanc
- Maïzena pour étaler la pâte Phyllo.



Préparation :

- Mélangez la farine, le bicarbonate (ou levure chimique), le sel, le beurre, les 2/3 du lait et le vinaigre dans le bol du robot.
- Pétrissez pendant 5 minutes. Il se peut que vous ayez besoin d'ajouter la totalité du lait ou de l'eau, la pâte doit être ferme mais non sèche.
- Laisser reposer pendant 15 mn.
- Divisez la pâte en 12 pâtons et les bouler. Laisser reposer 15 mn à nouveau.
- Déposez une fine couche de maïzena sur votre plan de travail puis étaler chaque pâton à presque 1 mm d'épaisseur avec votre rouleau à pâtisserie en respectant un même diamètre.
- Empilez les 12 cercles en saupoudrant de la maïzena entre chaque couche.
- Pour terminer roulez du centre vers les côtés pour raffiner la pâte phyllo. Utilisez votre rouleau à pâtisserie avec précaution en appliquant une pression uniforme sur la pâte. Retournez et étirez éventuellement avec votre main.

Quand la pâte est prête, enveloppez-la dans du film alimentaire et réfrigérez-la.

La pâte Phyllo se congèle très bien.

Vous pouvez aussi conserver les 12 cercles séparément et les garnir en les pliant plusieurs fois sur eux même ou en les roulant selon vos réalisations.



Baklavas



Strudel