



Les tapas *de Marie-Fleur*

Marie-Fleur St-Pierre, chef du restaurant Tapeo



Table des matières

Introduction	p_11
Des petites bouchées qui font jaser!	p_12
Les classiques du Tapeo	p_15
Les croûtons	p_47
Les farces	p_63
À combiner soi-même	p_79
Les coups de cœur de Marie-Fleur	p_89
Les mal-aimés	p_125
Fromages et compagnie	p_147
Les essentiels	p_159
Les bonnes adresses	p_162
Les remerciements	p_165
L'index des recettes	p_166



Portions_4 Préparation_20 minutes Cuisson_5 à 7 minutes

Tartare de bœuf

Huile végétale pour friture	60 ml (¼ tasse) d'aïoli nature (p. 160)
1 petite pomme de terre, rincée et époncée, en très fine julienne	2 c. à soupe de moutarde de Dijon
270 g (9 oz) de filet de bœuf Boston	Le zeste d'un citron, râpé
1 tête d'ail confite (p. 161)	2 c. à café (2 c. à thé) de piri-piri
15 g (½ tasse) de pousses de microcéleri ou de feuilles de céleri	Le jus d'un citron
7 g (¼ tasse) de persil plat frais, haché finement	4 grosses olives vertes ou noires
	Sel et poivre du moulin

Dans une friteuse ou une casserole à fond épais, amener l'huile à 180 °C (350 °F). Plonger les bâtonnets de pomme de terre dans l'huile par petites poignées et remuer délicatement pour éviter qu'ils ne collent les uns aux autres. Frire jusqu'à ce qu'ils obtiennent une belle coloration dorée. Retirer de l'huile à l'aide d'une écumoire et bien éponger sur du papier absorbant. Saler et laisser refroidir.

À l'aide d'un couteau bien affûté, hacher le filet de bœuf en petits dés d'environ 5 mm (½ po).

Dans un bol, mélanger la viande, l'ail, les pousses de microcéleri, le persil, l'aïoli, la moutarde, le zeste et le piri-piri. Mêler intimement et rectifier l'assaisonnement. Ajouter les pommes de terre frites et le jus de citron et mélanger délicatement.

À l'aide d'un emporte-pièce, mouler le tartare dans chaque assiette et garnir d'une olive.

.....
*Quel plaisir lorsque des clients viennent
faire un tour en cuisine pour me dire
que mon tartare est le meilleur qu'ils
ont jamais mangé! Et quand Daniel
Pinard fait partie de ceux-là, alors là...!*















