

Beignets salés mauriciens-indiens :

Matériel nécessaire :

- Thermomètre : La température de l'huile est très importante : trop chaude, l'extérieur brunit vite et l'intérieur n'est pas frit ; pas assez chaude, la boule se délite. Théorique 150°/160°C
- Pot réservé au matériel trempant dans la friture : 2 fourchettes et le thermomètre
- Cuiller à soupe pour déposer la pâte dans la friture : ne jamais la tremper dans l'huile chaude ; amener la cuiller pleine au-dessus de l'huile et faire simplement basculer le contenu dans l'huile.
- Saladier recouvert d'une double couche de papier Sopalin pour déposer les beignets cuits.
- Plat de service
- Récipient pour friture contenance 1 litre rempli de 0,75 litre d'huile de Tournesol (Lesieur Cœur de tournesol). Diamètre : environ 15 cm (ça permet de frire 4-5 beignets par passée sans provoquer une baisse trop forte de la température de la friture).

les beignets nature :

- Dans un récipient adapté à la taille du mixeur, mettre 100 à 120 gr d'eau, deux bonnes pincées de sel (3 gr) et
 - piment vert-rouge (1gr sec – 1 à 2gr frais) ou poivre ou gingembre (4gr sec – 4 à 8gr frais) ou curry (2gr),
 - coloration jaune-orangé : 1 dose de safran (0,1 gr) ou 1 gr de curcuma sec râpé ou 6 gr de curcuma frais ou une cuillère à café rase de curcuma en poudre (2 gr).

Mixer finement.

▫ Ajouter 20 gr de farine blanche de blé et 120 gr de farine de pois chiches («besan» ou « Gram flour »). A l'île Maurice, il y a Gram Flour Mix : un mélange tout près avec du sel, du bicarbonate de soude, de la levure, du cumin.

▫ Mixer à nouveau.

▫ Optionnel : Hacher finement des jeunes-petits oignons verts (ou de la ciboulette) (10 à 20 gr) ou des feuilles de coriandre fraîche (10 à 20 gr) ou des feuilles de Carry Poulet (nom mauricien). Ajouter.

▫ Ajouter de la levure au dernier moment : levure boulangère sèche en sachet (1 à 1,4 gr), levure chimique (1,5 gr) ou bicarbonate de sodium (2 gr). A bien doser pour qu'après cuisson la pâte prenne du volume, soit aérée et légère.

La pâte a la consistance d'une pâte à crêpes épaisse.

Frire avec de l'huile à 170° et rester ensuite entre 150 et 170° : poser délicatement dans l'huile, frire pendant 2mn30 de chaque côté. Cuisson vers 150° = coloration dorée ; Cuisson au-dessus de 160° = coloration brune.

Égoutter dans une passoire recouverte d'une feuille de Sopalin. Couvrir pour garder au chaud. Servir.

les beignets légumes :

Les plus fréquents : aubergine («bringèle»-gato-brinzel ou brinzelle) (tranche de 5 mm d'épaisseur), pomme de terre (gato-pomdéter) (tranche de 5 mm essuyée), piment vert (un demi piment coupé dans la longueur et égrainé), chou chou (légume de l'île Maurice) ou chou (boule de chou râpé gros ou émincé en fines bandelettes), poulet. Également : croquettes de chou-fleur, brocoli (fendre les queues en 4), courgette, échalotes, oignons (couper l'oignon en perpendiculaire à son axe - tranches de 5-6 mm d'épaisseur pour obtenir des anneaux d'oignons), etc.

Pâte : idem Tremper complètement le légume dans la pâte. Friture : idem

les pakoras (beignets indiens) végétariens :

pâte idem mais plus épaisse (consistance de la purée)
Les légumes sont mélangés dans un plat : ¼ d'oignons en bandelettes (60 gr) + ¼ pommes de terre râpées avec la grosse râpe (60 gr) + ¼ d'aubergines coupées en petits morceaux (60 gr) + ¼ de feuilles vertes de petits épinards, de coriandre ou de basilic (60 gr). Parfois des petits pois

Ajouter de la pâte. Bien mélanger.

Friture : idem Plutôt 5 mn de chaque côté si les légumes ne sont pas cuits préalablement

Autre possibilité : Cuire les légumes coupés en dés à feu doux 15 mn puis bien les égoutter dans une grande passoire. Ajouter les oignons coupés en bandelettes. Ajouter de la pâte. Bien mélanger.

Friture : idem

les akras de morue :

petites boules un peu épicées.

Enlever la peau des tranches de cabillaud frais.

Passer au hachoir manuel avec une grille fine. Former des boules d'environ 25 gr et les mettre au frigo.

Ajouter un peu de sel, de pivre et d'épices.

Pâte : idem

Tremper la boulette de morue dans la pâte et frire.

Friture : idem

Oignons :

idem pakoras mais le beignet se présente comme un tore et la pâte est orange foncé (beaucoup de curcuma).

Pour cela, couper un gros oignon à l'horizontale et le « démonter » pour obtenir des cercles d'oignon. Les tremper ensuite dans la pâte, puis les frire.

les gâteaux-piments (gato-piman ou bombons-piments à La Réunion) : petites boules, souvent très fortes. Ils sont faits avec des pois du Cap (ou Gros Pois) ou des pois jaunes cassés secs (Toor Dal ou Dhall ou pois d'Angole).

Pour 10 beignets :

Faire tremper les graines une nuit (150 gr) ; le lendemain enlever le peaux (seulement pour les gros pois) ; les laver.

Ajouter du piment vert frais (ou préalablement congelé) coupé très fin (2 gr) :

soit 2 petits piments verts (dit « piment-oiseau »), soit 1 piment moyen vert ou rouge

Ajouter un peu de gingembre frais râpé (15 gr) ou 1 oignon; deux bonnes pincées de sel (3 gr) ; 1 dose de safran (0,1 gr) ou 1 gr de curcuma sec râpé (ou 6 gr de curcuma frais ou une cuillère à café rase de curcuma en poudre), 1/2 cuillère à café rase de graines de cumin (1 gr) .

Mixer jusqu'à disparition des graines (ou passer les graines au hachoir manuel avec une grille fine)

Hacher finement des jeunes-petits oignons verts (ou de la ciboulette) (10 à 20 gr) ou des feuilles de coriandre fraîche (10 à 20 gr) ou des feuilles de Carry Poulet (nom mauricien). Ajouter.

Ajouter de la ciboulette hâchée finement.

Mettre en boules d'environ 4-5 cm de diamètre (ça peut se conserver au frais à l'avance ou même se congeler).

(à La Réunion : aplatir un peu. Percer un trou au centre d'un seul côté ou faites un anneau-tore)

Frire avec de l'huile à 170° et rester ensuite entre 150 et 170° : poser délicatement dans l'huile, frire pendant 6 mn.

Cuisson vers 150° = coloration dorée ; Cuisson au-dessus de 160° = coloration brune.

<http://www.iledelareunion.net/cuisine-reunion/bonbons-piment-98.htm>

Popodoms (ou papadoms ou papads) en Inde - Appalams à Maurice :

Tous prêts en magasin asiatique.

Juste les plonger dans la friture très chaude (190° à 200°C)

et les retourner de suite. Cuisson en 5 secondes

[ou les cuire dans une poêle.](#)

Suggestion: Servir en apéritif accompagné d'une sauce pimenté ou d'un satini de pommes d'amour.

Saveurs créoles: la grande famille des gajaks

Monday 14 November 2016

Les gajaks sont omniprésents dans la vie de tout Mauricien. Ce terme générique, que l'on pourrait traduire par "amuse-bouche", englobe une multitude de petits mets savoureux que l'on grignote avec délectation dans tous les foyers de l'île.

Nul Mauricien ne peut vivre sans gajak. Que ce soit le soir avant le traditionnel repas familial, sur une plage de sable fin, avec un petit verre de rhum sous la varangue de la boutique du coin ou devant un match de foot anglais, à Maurice, le gajak est roi. Ce qui tombe plutôt bien, car le Mauricien adore grignoter!

Le terme gajak nous vient du Nord de l'Inde, où il désigne un petit gâteau sucré fait à base de graines de sésame ou de cacahuètes. Cette petite douceur très populaire est cuite durant plus de 10 heures dans un sirop de sucre de canne. On en consomme également à Maurice, surtout dans les familles d'origine hindoue.

Cependant, le gajak à la mauricienne diffère quelque peu de son ancêtre indien. En effet, probablement par assimilation, le gajak désigne à Maurice une pléthore d'amuse-bouche de différentes origines et compositions. Il s'agit généralement d'un hors-d'œuvre salé que l'on avale en une seule bouchée, un peu à la manière des tapas espagnoles.

Ainsi, les fameux samoussas et gâteaux piment font partie de la grande famille des gajaks, tout comme les "*baton fromaz'*", les "*moolkod'*" (sortes de petits bretzels), les « *pistaches* » (cacahuètes) bouillies, les gâteaux "*brinzel'*" (beignets d'aubergine), les hakiens chinois, ou encore les "*dipain friré'*" (tranches de pain frit), pour n'en citer que quelques-uns. La palme du nom le plus improbable revient aux "*cacas pigeon'*", sortes de petits bâtonnets de farine frits accompagnés de quelques pistaches et de feuilles séchées de caripoulé.

D'origines multiples, ces hors-d'œuvre peuvent être préparés de différentes manières, mais la plupart d'entre eux sont frits dans de l'huile... Ils doivent en effet généralement être "*cram-cram*" expression bien mauricienne qui veut dire "*croquants*"! On en achète souvent dans la tabagie (boutique) du coin, emballés dans des sachets plastifiés, mais les meilleurs sont bien évidemment faits maison, ce qui est de nos jours de plus en plus rare.

Un bon gajak peut aussi être fait à partir de produits de la mer, à l'image de succulentes "*pattes*" d'ourite (poulpe) safranées, d'un poisson frit que l'on picore à la main (cordonnier, licorne, vieille rouge, rouget...), de coquillages tels que les tecs-tecs (tellines) ou les "*bétails*", ou encore de quelques anneaux de "*mourgate*" (encorné) que l'on déguste avec une sauce d'ail pimentée... Dans ces cas, on parle bien souvent de "*gajak soular*", car ils donnent soif et on les consomme en buvant un verre avec quelques amis (bière, rhum ou "*vin*" local...).

La popularité des gajaks est si grande qu'elle a donné naissance à une expression typique créole. En effet, "*enn gajak*" peut aussi désigner en créole un labeur facile à réaliser. En Français, on pourrait traduire par "*c'est du gâteau!*"

Mail : laurent.besset@wanadoo.fr

Ce document est disponible sur le site web

<https://transmissionperso.fr>