Poivrons farcis à la turque (dolmas) : la recette familiale de Burcu

En Turquie, il y a des plats qui reviennent régulièrement sur la table, sans qu'on ait besoin d'attendre une occasion particulière. Les dolmas en font partie ! C'est le genre de recette familiale que l'on prépare au quotidien, avec des ingrédients simples, beaucoup de goût et cette petite touche de cuisine maison qui ...

Pour 6 personnes · Préparation 10 min · Cuisson 40 min · Facile · Turquie

Les ingrédients

300 g	viande hachée 20%
125 g	riz
2 c. à s.	Concentré de tomate
1 c. à s.	concentrée de poivrons
	Huile d'olive
	Sel, poivre
	Menthe, séchée
2	Oignons

La marche à suivre

1. Dans un grand saladier, déposez la viande hachée et le riz cru préalablement rincé. Ajoutez deux cuillères à soupe de concentré de tomate, la menthe séchée, l'huile d'olive, du sel et du poivre. Épluchez les oignons, coupez-les en tout petits morceaux et ajoutez-les au mélange. Mélangez soigneusement avec une cuillère ou, comme dans les cuisines familiales, directement avec les mains bien propres. Il faut que tous les ingrédients soient bien répartis pour que chaque bouchée soit aussi savoureuse que la précédente. La menthe séchée apporte ici une note très typique de la cuisine turque. Ne la sous-estimez pas : elle a beau être discrète, elle sait parfaitement se faire remarquer !
2. Lavez les poivrons, puis découpez délicatement le haut de chacun pour former un petit chapeau. Retirez les graines et les membranes blanches à l'intérieur, sans abîmer les parois. Gardez les chapeaux si vous souhaitez les remettre sur les poivrons pendant la cuisson. C'est joli, traditionnel et cela donne à ces petits légumes farcis un air de repas de famille qui mijote depuis des générations. Choisissez de préférence des poivrons qui tiennent debout dans votre casserole. S'ils ont décidé de faire la sieste sur le côté, vous risquez de passer la cuisson à les redresser !

3. Remplissez chaque poivron avec la farce à base de viande et de riz. Attention, petit détail important : Ne tassez pas trop la farce et ne remplissez pas les poivrons jusqu'au bord. Le riz va gonfler pendant la cuisson et a besoin d'un peu de place pour travailler tranquillement. Replacez éventuellement les chapeaux sur les poivrons, puis disposez-les debout dans une casserole assez profonde, bien serrés les uns contre les autres pour qu'ils restent en place.

4. Dans un bol, mélangez une cuillère à soupe de concentré de tomate avec environ 300 ml d'eau chaude. Remuez bien pour obtenir une sauce homogène. Versez délicatement cette préparation dans la casserole, autour des poivrons, sans noyer complètement leur garniture. Ajoutez un peu d'eau si nécessaire : le liquide doit permettre au riz de cuire et aux poivrons de devenir tendres. Vous pouvez ajouter un petit filet d'huile d'olive pour encore plus de gourmandise. La sauce n'a pas besoin d'être compliquée. Avec le concentré de tomate, les sucs de la viande et les parfums de la farce, elle va se bonifier toute seule pendant la cuisson. C'est aussi ça, la magie des plats mijotés !

5. Couvrez la casserole et laissez cuire à feu moyen-doux pendant 30 à 40 minutes. Surveillez de temps en temps le niveau du liquide : si la sauce réduit trop vite, ajoutez un peu d'eau chaude. Les poivrons doivent devenir tendres et le riz doit être parfaitement cuit. Pour vérifier, ouvrez délicatement un poivron et goûtez un peu de farce. Si le riz est encore ferme, prolongez la cuisson de quelques minutes. Le secret, c'est de laisser le temps faire son travail. Pas besoin de remuer sans arrêt : les dolmas préfèrent mijoter tranquillement plutôt que d'être dérangés toutes les trois minutes.

6. Lorsque les poivrons sont bien tendres et que le riz est cuit, retirez la casserole du feu et laissez reposer quelques minutes avant de servir. Disposez les poivrons dans les assiettes et nappez-les d'un peu de sauce tomate. Vous pouvez les accompagner d'un yaourt nature, éventuellement assaisonné d'une pincée de sel et d'un peu d'ail, ou simplement d'un morceau de bon pain pour profiter de la sauce jusqu'à la dernière goutte. Et voilà ! Un plat familial turc, généreux et parfumé, qui prouve qu'on n'a pas besoin de passer trois heures en cuisine pour se régaler.

> **L'astuce**
> Pour une farce encore plus parfumée : Utilisez un mélange de bœuf et d'agneau, très savoureux avec la menthe séchée et la tomate. Pour des poivrons qui se tiennent bien : Choisissez des légumes de taille similaire et installez-les bien serrés dans la casserole. Pour une cuisson réussie : Ne remplissez pas trop les poivrons et vérifiez toujours que le riz est bien cuit avant de servir. Pour le lendemain : Les dolmas sont souvent encore meilleurs réchauffés, lorsque les saveurs ont eu le temps de se mélanger. Un avantage non négligeable : le repas est déjà prêt, et vous n'avez plus qu'à réchauf...