

# TARALLI, biscuits salés italiens

Qu'est-ce que les taralli ? Grand symbole des apéros à l'italienne, Il s'agit de biscuits salés croustillants typiques de plusieurs régions d'Italie du centre et du sud : Latium, Basilicate, Campanie, Pouilles, Calabre et Sicile. Il existe aussi des versions sucrées avec du glaçage mais elles sont plus confidentielles. Quand on pense à taralli, c'est surtout à eux, des anneaux salés et si charmants. La recette varie selon les régions, villes ou familles et a aussi évolué : une pâte à pain qui se faisait sécher, une pâte avec de la farine et des oeufs (aujourd'hui la plupart du temps, remplacés par de l'eau ou du vin), une pâte à pain pochée puis cuite, l'huile remplacée par le saindoux. Il existe aussi une variante des Pouilles avec de la pomme de terre dans la pâte, un peu sur la même idée que cette focaccia pugliese.



## Les ingrédients

farine (ordinaire ou plus ou moins complète, en général mélangées)

eau ou vin La quantité peut varier selon la farine, plus elle est riche en gluten ou complète plus il en faut. À vous d'adapter petit à petit selon la texture de la pâte et l'absorption.

huile d'olive , sel, épices notamment le fenouil séché

Variantes autour de ces biscuits salés italiens

Vous pouvez remplacer : l'huile par du saindoux ou du beurre fondu

le fenouil par une autre épice, du piment (certains y mettent aussi des oignons grillés la farine ordinaire par de la farine bise ou de la farine de grand épeautre blanche.

## Ingrédients

130 g farine ordinaire T55 ou T65

120 g farine bise ou semi complète ou d'épeautre T70

13 cl eau ou de vin blanc

5 cl huile d'olive vierge extra

1 càs graines de fenouil

1 belle pincée sel

1 pincée cumin facultatif

1 pincée zaatar (mélange d'épices du Moyen-Orient) facultatif

## Préparation

Dans un saladier, mélanger les farines avec le sel, les épices et l'huile.

Verser ensuite l'eau et mélanger à nouveau jusqu'à obtenir une pâte qui tient.

Travailler la pâte sur un plan de travail légèrement fariné, en la repliant plusieurs fois sur elle-même afin qu'elle devienne souple et lisse (il faudra autour de 5 minutes)

La mettre dans un saladier. Couvrir ce dernier de film alimentaire et laisser reposer à température ambiante une heure.

Reprendre la pâte, couper une fine tranche, la rouler sur le plan de travail légèrement fariné en saucisson de 1 cm de diamètre et d'au moins 12 cm (voire 20 selon la forme que l'on souhaite).

Former un anneau ou une sorte de ballon étiré (voir la vidéo), bien sceller, pincer les extrémités puis poser sur une plaque recouverte de papier cuisson.

Procéder de même avec le reste de pâte.

Cuisson des taralli

Préchauffer le four à 190°C (chaleur tournante) ou 200°C (chaleur statique).

Porter à ébullition de l'eau dans une casserole moyenne. Y plonger un tiers des taralli puis les pocher juste le temps qu'ils remontent à la surface.

Les égoutter avec une écumoire et les poser sur une plaque recouverte de papier cuisson.

Procéder de même avec le reste des taralli.

Si on a le temps, on peut faire sécher plusieurs heures voire une nuit avant de cuire.

Enfourner pendant 25 minutes environ le temps que les taralli colorent et deviennent croustillants