

# TAGLIATELLES SANS GLUTEN SAUCE CARBONARA VEGETARIENNE

TAGLIATELLES SANS GLUTEN SAUCE CARBONARA VÉGÉTARIENNE, recette classique tant appréciée, déclinée ici [sans gluten](#) avec de vraies pâtes fraîches, ainsi qu'une sauce Carbonara à base de tofu fumé pour remplacer les lardons et de purée de sésame au lieu de crème fraîche.



## PÂTE FRAÎCHE AUX OEUFES

150 gr farine de riz  
100 gr farine de maïs  
1 càc gomme de guar  
2 oeufs  
1/2 càc sel fin  
1/2 tasse eau

## SAUCE CARBONARA

1 oignon  
200 gr champignons de Paris  
3 càs huile d'olive  
2 càs purée de sésame ou Tahin  
assaisonnement  
1 jaune d'oeuf

45 minutes  
 20 minutes  
 4 portions

## PÂTES FRAÎCHES AUX OEUFES



1. Rassembler les farines de riz et de maïs. Réserver une partie de la farine pour faciliter la pastification (sans collage)



2. Ajouter la gomme de guar



3. Saler un peu car l'eau de cuisson des pâtes sera aussi salée avec la sauce de garniture.



4. Ajouter les oeufs



5. Commencer à mélanger à la cuillère



6. Ajouter avec parcimonie de l'eau, petit à petit pour que la pâte se lie et permettre une boule qui se tient, assez ferme



7. Travailler cette pâte sur un plan de travail fariné, afin qu'elle soit bien homogène et élastique



8. Former une boule



9. Former ensuite un boudin pour mieux diviser la pâte, et utiliser chaque partie pour l'étalage



**10.** Étaler la pâte un peu farinée, entre deux feuilles de film alimentaire, ce qui évitera que la pâte ne colle sur le rouleau ou sur le plan de travail



**11.** Étirer la pâte autant en longueur qu'en largeur, jusqu'à une épaisseur d'un millimètre maximum. Cette pâte gonflera à la cuisson (et donc s'épaissira encore). Retirer le film du dessus



**12.** Poser à l'envers sur une planche à découper assez grande pour couper les pâtes sur une longueur suffisante, et retirer l'autre partie du film, qui se trouve dessus



**13.** Fariner la pâte disposée sur la planche et découper les bords irréguliers



**14.** Couper les fines lanières d'un demi cm de largeur. Astuce : commencer par la pointe d'un couteau que l'on fait pivoter (car il est droit), puis faire glisser la lame sur le reste de la longueur et continuer ainsi jusqu'au bout



**15.** Prendre ce paquet de pâtes à la main que l'on pose délicatement plié, sur un plat fariné



**16.** Fariner légèrement tout le plat de pâtes fraîches et disposer dans un lieu sec, à l'abri de l'humidité (un four éteint par exemple)

## SAUCE CARBONARA



**17.** Émincer un oignon et faire cuire dans de l'huile brûlante



**18.** Laisser blondir l'oignon à feu doux ; émincer pendant ce temps quelques champignons frais, préalablement lavés à l'eau courante



**19.** Ajouter les champignons en lamelles aux oignons



20. Faire dorer et réduire le tout à feu doux à moyen



21. Laisser mijoter quelques minutes à couvert pour éviter le dessèchement ; pendant ce temps couper un bloc de tofu fumé



22. Couper le bloc de tofu fumé dans le sens de la profondeur



23. Couper dans le sens de la longueur en tailles d'allumettes, puis diviser ces allumettes en 3 afin qu'elles ne soient pas trop longues



24. Réserver les champignons cuits dans une assiette



25. Faire dorer les allumettes de tofu légèrement pendant 2 ou 3 minutes, en ajoutant si besoin un peu d'huile d'olive



26. Verser à nouveau les champignons par dessus le tofu dans la poêle



27. Ajouter un peu d'eau pour hydrater la préparation à feu doux



28. Ajouter la purée de sésame (ou tahin) qui va se diluer dans l'eau ou le jus, et qui va donner une texture crémeuse



29. Saler et poivrer



30. Après la cuisson, insérer un jaune d'oeuf qui donnera plus d'onctuosité



31. Mélanger le jaune au jus et au reste de la sauce

## CUISSON DRESSAGE DES PÂTES



**32.** Plonger les pâtes petit à petit dans un bon volume d'eau bouillante salée



**33.** Laisser cuire à petits bouillons pendant 5 minutes puis égoutter



**34.** Dresser les pâtes dans une assiette



**35.** Ajouter la sauce carbonara généreusement par dessus



**36.** Préparer quelques noix de cajou mixées et légèrement salées, ce qui remplacera aisément le parmesan, et finir le plat en parsemant de ce mélange



**37.** Ce plat n'a rien à envier au plat classique, il est tout aussi savoureux