

La sauce merveilleuse de LEON en sauce PUTTANESCA pour des pâtes

8 à 10 filets d'anchois

20cl d'huile d'olive

3 cuillères à soupe de câpres

1 gousse ail

3 cuillères à soupe de tomates séchées

1/2 citron

1 petit bol de persil haché (3 cuillères à soupe)

poivre du moulin

La recette LEON de la sauce merveilleuse n'a pas d'ail, ni de tomates séchées, donc si vous n'en n'avez pas ce sera quand même merveilleux....

LEON est un Fast Food au naturel inventé par deux anglais, Henry DIMBLEBY et John VINCENT. Ils ont les mêmes goûts que moi en cuisine. Leur sauce merveilleuse est très proche de la sauce Puttanesca italienne pour un plat de pâtes extraordinairement goûtu.

Mettre les filets d'anchois dans une casserole pour les couper en morceaux. Y ajouter 10 cl d'huile d'olive (un petit verre environ) et faire fondre les anchois quelques minutes à feu moyen. Ajouter les câpres coupées en petits morceaux ou hâchées, les tomates séchées marinées à l'huile et un demi citron pressé.

On achète moins cher les tomates sèches et on les ré-hydrate à l'eau chaude dans un bol pendant une nuit. Ensuite on les sèche au papier absorbant et on les coupe en morceaux pour les recouvrir d'huile d'olive dans un bocal : elles se conservent une dizaine de jours au frigo.

On ajoute le reste de l'huile : encore un petit verre. On coupe le feu sous la casserole quand l'huile est chaude et on ajoute le persil + l'ail + du poivre (jamais de sel : les harengs sont très salés).

Cette sauce peut se servir froide ou chaude. On verse les pâtes chaudes dans la casserole ou les patates et on sert aussitôt.