# Gnudi al Pomodoro

> Le mot « gnudi » signifie littéralement « nus ».  
Ces boulettes moelleuses de ricotta et d’épinards ne sont rien d’autre que la farce des raviolis toscans… servie sans pâte.  
Un plat humble et raffiné à la fois, qui illustre à merveille la cuisine paysanne italienne : peu d’ingrédients, beaucoup de goût.  
À savourer simplement avec du beurre et de la sauge, ou — comme ici — nappé d’une sauce tomate maison.

( 💌 La sauce tomate est une recette personnelle, mise au point pour conquérir Sarah.)

---

## Recette des Gnudi

Ingredient Plat

(Pour 4 personnes)

* 400 g de ricotta
* 300 g d’épinards cuits
* 120 g de parmesan râpé
* 70 g de farine de blé (type 00 ou T45)
* Noix de muscade, sel et poivre, selon le goût
* Farine supplémentaire pour façonner
* Sauce tomate maison (comme il faut)
* 2 boîtes de tomates pelées (400 g chacune)
* 10 c. à s. d’huile d’olive
* 3 gousses d’ail
* 1 bonne c. à s. de concentré de tomate
* 1 petit piment
* Beaucoup de basilic frais
* 1 c. à s. de sucre
* 1/2 verre d’eau

## Préparation plat

1. 1. Hacher finement l’ail. Écraser les tomates pelées à la main dans un bol.
2. 2. Dans une grande poêle, faire chauffer l’huile d’olive. Faire revenir rapidement l’ail avec le piment. Ajouter quelques feuilles de basilic déchirées.
3. 3. Monter à feu vif. Ajouter les tomates et le concentré. Bien mélanger pour le dissoudre.
4. 4. Ajouter 1/2 verre d’eau. Laisser mijoter 15 minutes à feu moyen. Ajouter ensuite une gousse d’ail hachée, du basilic frais, et le sucre.
5. 5. Poursuivre la cuisson encore 15 minutes. L’objectif : que l’eau s’évapore et que l’huile remonte à la surface, pour une sauce brillante et savoureuse.
6. 6. Couper le feu. Laisser reposer 20 minutes pour que les saveurs se lient.
7. 7. Juste avant de servir, détendre la sauce avec 4 à 5 c. à s. d’eau chaude pour une texture parfaite.
8. Préparation sauce
9. 1. Bien presser les épinards cuits pour éliminer environ les deux tiers de leur eau.
10. 2. Dans un grand saladier, mélanger à la main la ricotta, les épinards, le parmesan, la farine, la noix de muscade, le sel et le poivre. On doit obtenir une pâte homogène, souple, un peu collante.
11. 3. Saupoudrer généreusement un plateau de farine. Former des boulettes de 30 g environ sans trop les compacter. Les rouler dans la farine, puis les faire tourner dans une passoire fine pour enlever l’excédent.
12. 4. Laisser reposer les gnudi au réfrigérateur au moins 30 minutes (ou jusqu’à 12 heures).
13. 5. Porter à ébullition une grande casserole d’eau avec deux poignées de gros sel. Plonger délicatement les gnudi. Quand ils remontent à la surface, laisser cuire 3 minutes supplémentaires, puis égoutter.

## Mise en place

Déposer 3 ou 4 gnudi dans une assiette creuse.  
Ajouter quelques cuillerées de sauce tomate — sans recouvrir entièrement les boulettes.  
Un peu de parmesan fraîchement râpé, un tour de moulin à poivre noir…  
Et servir sans attendre.