

Tortilla de maïs

écrit par Pariseyn | 5 mai 2020



On devrait dire « tortilla à la farine de maïs nixtamalisé ». Un mot un peu barbare pour désigner le procédé de cuisson des grains de maïs dans une solution alcaline avant d'en faire une pâte, « *la masa* », en broyant ces grains cuits. C'est à partir de cette pâte que l'on fabrique les tortillas, en y ajoutant éventuellement de l'eau. Ce traitement dissout les parois des cellules du maïs et modifie l'amidon permettant ainsi de réaliser une pâte qui se tient. Avec une farine de maïs normale, non traitée, il serait impossible d'obtenir le même résultat. C'est à partir d'une *masa* séchée et réduite en poudre, la *masa harina*, que l'on va faire nos tortillas en y ajoutant la quantité d'eau requise. J'ai trouvé la mienne sur un site de produits mexicains [Los Juanitos.](#), mais il y a d'autres sites de ce type.

Ingrédients, pour 10 tortillas à tacos d'environ 13 cm :

200 g de farine de maïs nixtamalisée Masa Brosa

320 g d'eau à 30°C

2,5 g de sel



La « masa harina »



La presse à tortilla

La préparation est très simple.

Mettre dans un récipient la farine et le sel.

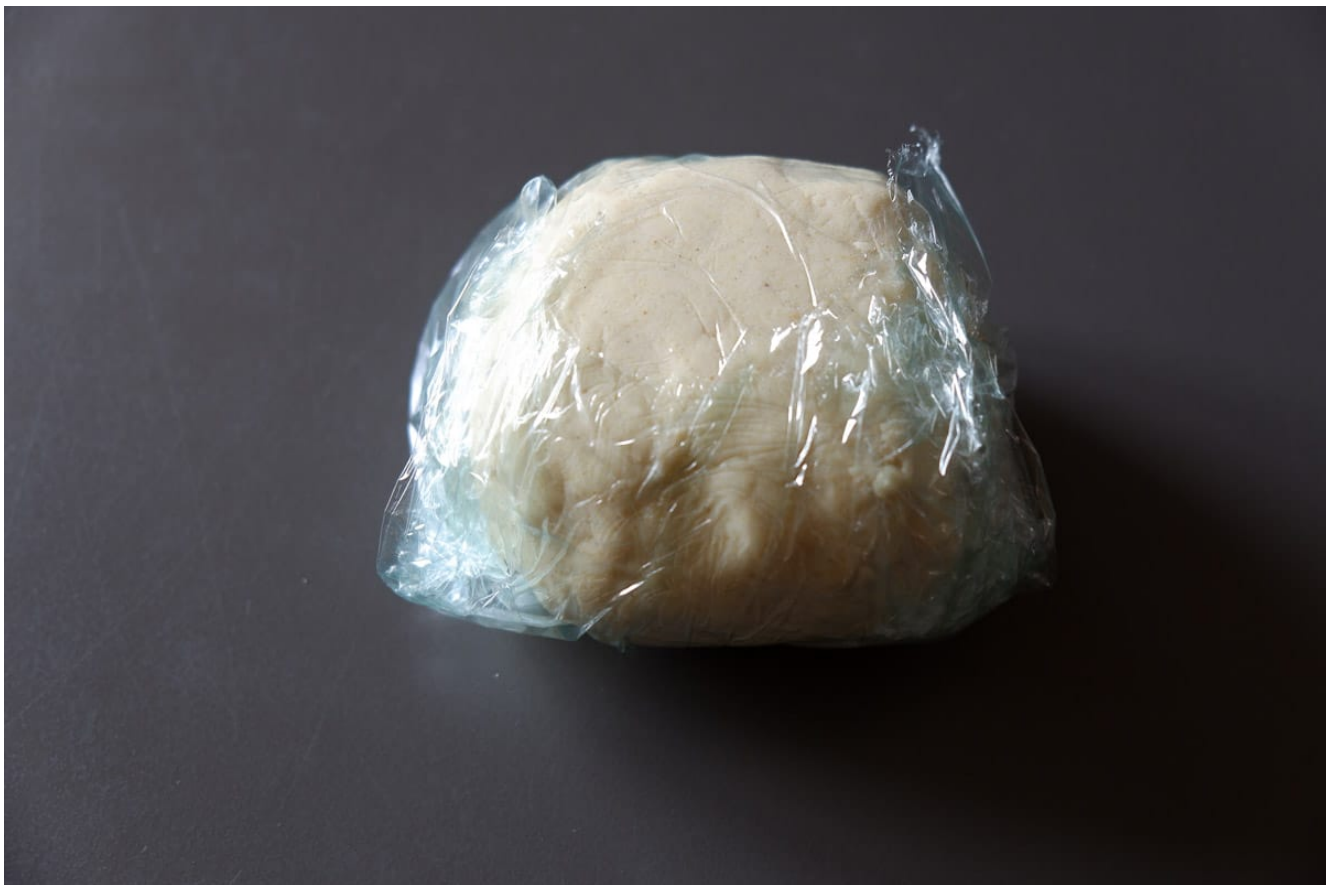
Ajouter l'eau.

Mélanger à la main jusqu'à obtenir une pâte lisse.

Il est inutile de pétrir puisqu'il n'y a aucun réseau de gluten à constituer.

Emballer la boule dans du film alimentaire et laisser reposer à température ambiante 20 à 30 minutes.





Peser la pâte (518 g pour moi).

Diviser en 10 parts égales (50 g pour moi).

Bouler tous les pâtons et les laisser sur le plan de travail, couverts pour éviter le dessèchement.

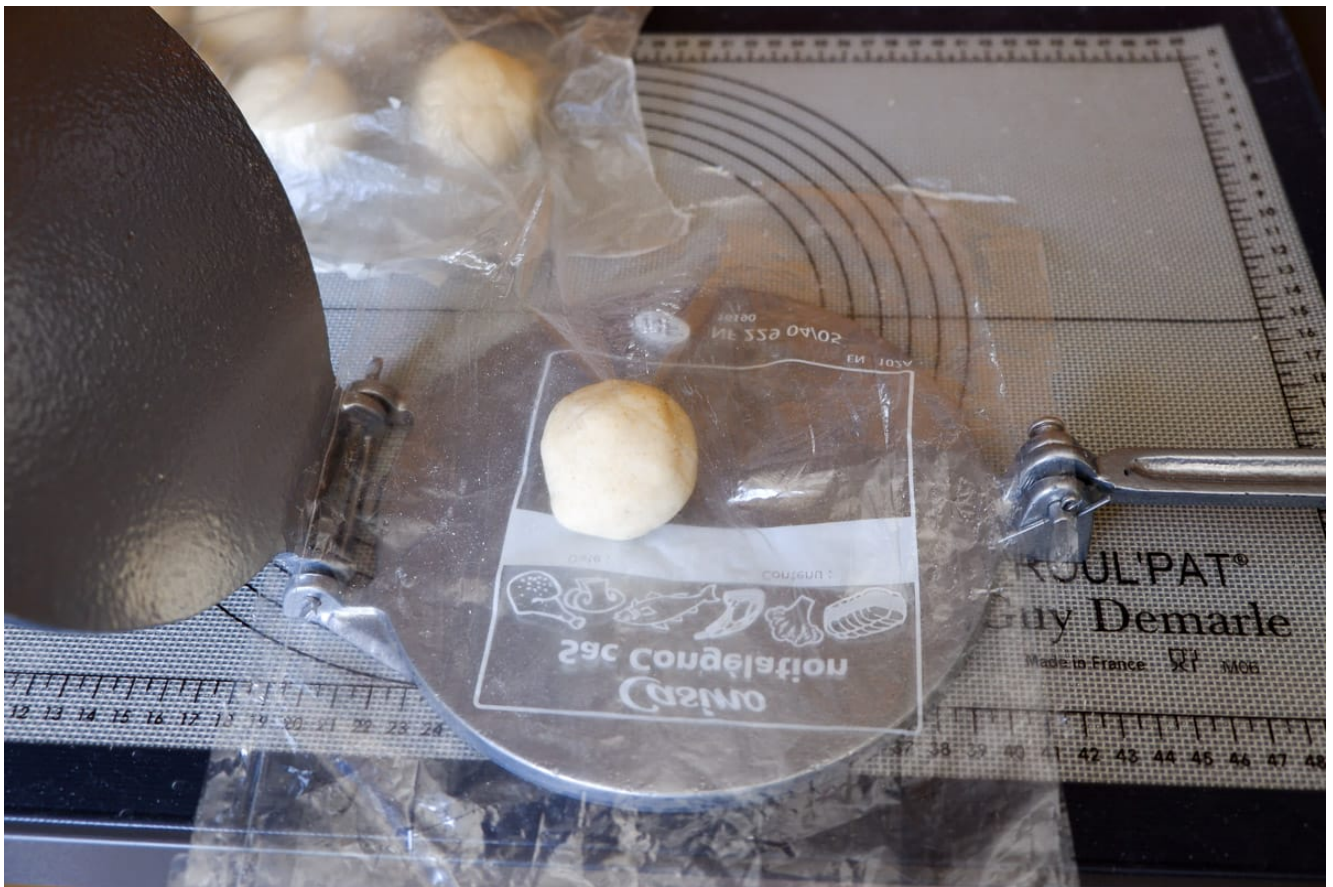
J'ai utilisé une presse à tortilla pour former mes galettes. Ça ne coûte pas très cher et c'est vraiment pratique et surtout rapide.

Préchauffer une poêle antiadhésive à feu moyen vif, position 7 sur 9 de ma plaque à induction.

Préparer un plat avec une serviette propre ou mieux, une grande feuille de papier aluminium pour recevoir les tortillas après cuisson.

Ouvrir la presse. Déposer une première feuille de plastique. Poser une boule de pâte au milieu. Déposer sur la boule la seconde feuille de plastique. Rabattre le couvercle et presser sans exagération.

On obtient une jolie galette d'environ 15 cm.





Enlever doucement la première feuille plastique.

Saisir la seconde feuille avec la galette de la main gauche et basculer délicatement la tortilla sur sa main droite ouverte. Décoller la feuille de plastique (voir les notes).

Renverser en douceur la tortilla dans la poêle.



La cuisson suit la séquence suivante :

- Cuisson du premier coté de 30 à 45 secondes. Les bords commencent à sécher.
- Retourner la tortilla à l'aide d'une spatule et cuire 1 minute.
- Retourner encore une fois puis appuyer légèrement au centre de la tortilla avec une spatule en plastique. Cuire encore 1 à 2 minutes : si tout se passe bien, la galette devrait gonfler comme un ballon. Dès qu'elle a gonflée, retirer de la poêle.





C'est maintenant que l'on comprend le fameux dicton de la tortilla de maïs : « Quelques secondes pour l'apprendre, des années pour la maîtriser ».

Empiler les tortillas au fur et à mesure de leur cuisson en refermant le papier aluminium ou la serviette par-dessus.

Quand toutes les tortillas sont cuites, glisser le tout dans le four en programmant la fonction « maintient au chaud » (60°C) jusqu'au moment de la consommation.

Ces petites tortillas très souples sont parfaites pour réaliser de savoureux tacos.



Conseils divers :

Il faut laisser reposer la pâte de 20 à 30 minutes avant de diviser : c'est le secret pour mettre toutes les chances de réussite de son côté. D'ailleurs, il n'est pas difficile de constater que sa structure a changée.

Tous les plastiques utilisés pour la presse à tortilla ne conviennent pas. Certains sont plus « collants » que d'autres. Un sac congélation coupé en 2 donne d'excellents résultats.

S'il y a des difficultés de décollement de la feuille plastique lors du transfert dans la poêle, il faut corriger la quantité d'eau dans la pâte : soit il y en a trop et la tortilla ne se tient pas et part en morceaux, soit il n'y en a pas assez, et elle va s'effriter. Dans les deux cas, impossible de la manipuler et de la faire cuire. Il m'a fallu plusieurs essais avant d'y arriver avec la farine que j'utilise, mais une fois trouvé le bon équilibre, la manipulation se fait très bien.

Le poids du pâton va déterminer le diamètre final de la tortilla. Mon pâton de 50 g donne une tortilla de 15 cm qui se rétracte un peu à la cuisson pour finir vers 13/14 cm.

A partir du moment où on a préparé les boules de pâte à l'avance, on est en mesure d'avoir une « production » plus efficace. Pendant que la première tortilla cuit, on forme la seconde que l'on laisse entre ses 2 feuilles de plastique pour ne pas qu'elle sèche. C'est tout l'intérêt de la presse à tortilla, elle permet d'aller vite avec un résultat constant et homogène. Dès que la première tortilla est cuite, on peut mettre très rapidement la seconde dans la poêle. Et ainsi de suite, on enchaîne les cuissons sans perte de temps.

Si l'on ne possède pas de presse à tortillas, on peut aplatir la boule de pâte entre le plan de travail et une casserole à fond plat ou entre 2 livres (de cuisine bien sur !) posés sur une chaise sur laquelle on s'assoit. Dans tous les cas, il faut mettre la boule de pâte entre 2 feuilles de plastique,

sinon impossible de la décoller sans qu'elle parte en morceaux.

Ces tortillas se conservent bien jusqu'au lendemain emballées dans du papier aluminium, mais je les ai trouvées moins agréables que lorsqu'elles sont toutes fraîches.

Pour les réchauffer, il suffit de placer une tortilla dans le four à micro ondes à pleine puissance pendant 5 secondes, 10 secondes s'il y a 2 galettes, etc. On peut aussi les passer à la poêle quelques secondes pour les tiédir.