

Tortillas de maïs pour 4 tortillas



© Can Stock Photo - csp15522640
canstockphoto.com

Cette recette de tortillas est préparée à base de **farine de maïs**, que l'on trouve facilement dans les magasins bios. Il ne s'agit pas de la farine utilisée traditionnellement au Mexique, où c'est le "**nixtamal**" qui détient la vedette : **mélange à base de maïs concassé et de chaux comestible**, il donne un goût très spécial aux tortillas mais s'avère difficile à trouver. La version ci-dessous est donc européenne, mais elle convient parfaitement pour les wraps d'inspiration mexicaine. Attention : la préparation est plus délicate car la farine de maïs rend les galettes plus friables.

Ingrédients :

- 100 g de farine de maïs
- 100 g de farine de blé
- 1/2 cuillère à café de sel
- 12g d'huile d'olive
- 110g d'eau tiède



Préparation :

Dans un saladier, mélangez soigneusement les deux farines et le sel. Ajoutez l'huile d'olive et mélangez rapidement. Ajoutez l'eau en pétrissant pour former une boule de pâte souple. Partagez-la en 4 boules égales. Sur un plan de travail largement fariné, aplatissez-les au rouleau à pâtisserie et faites-les cuire à la poêle, à feu vif et sans matière grasse, pendant 1 minute de chaque côté. Conservez-les à couvert jusqu'au repas pour ne pas qu'elles se dessèchent et qu'elles restent molles.

Astuce : si, après la préparation de vos wraps, il vous reste des tortillas, coupez-les en triangles, huilez-les au pinceau, parsemez-les d'épices, d'aromates ou de fromage et faites-les durcir au four.

Vous pouvez également remplacer la farine de maïs par de la farine de blé.