



< retour

Epicerie

Ravioles



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Pâtes

Origine : Chine

Famille :

Poids moyen : 8g

Une raviole, c'est un feuillet de pâte à la farine de blé enrobant une farce. Sur ce principe, on trouve les wonton chinois, les raviolis italiens, les ravioles du Dauphiné fourrées au fromage, les pelménis sibériens... Mais on peut inventer des ravioles salées, sucrées à loisir grâce aux feuilles de pâte à raviole toutes prêtes.

A défaut de pâte à ravioles, utiliser des feuilles de lasagne. Il faudra juste les ré-étaler au rouleau à pâtisserie ou au laminoir à pâtes pour qu'elles soient plus fines.

VARIÉTÉS

Les feuilles de pâte à raviole que l'on trouve dans le commerce portent en général le nom de "pâte à wonton".

COMMENT CHOISIR ?

Vérifier la composition de la pâte à raviole sur l'étiquette : si elle contient des œufs, elle se conservera moins longtemps. Pour les ravioles déjà préparées, vérifier leur composition : la farce doit occuper la part la plus importante.

QUE FAIRE AVEC ?

La raviole peut se pocher dans un bouillon et être ainsi dégustée en soupe. Elle peut également, une fois frite, se grignoter à l'apéritif. Cachant un morceau de foie gras, une bille de ganache congelée, une farce de veau ou de porc, un morceau de comté, la raviole est une petite surprise gourmande à servir aussi bien sucrée que salée !

COMMENT PRÉPARER ?

Déposer délicatement les ravioles dans de l'eau bouillante salée, puis lorsqu'elles remontent à la surface de l'eau, les recueillir à l'aide d'une écumoire. Éviter de plonger trop de ravioles à la fois pour éviter qu'elles ne se collent les unes aux autres.

De la même façon, plonger les ravioles dans un bain de friture : veillez à ce que l'huile soit bien chaude, afin que la raviole soit croustillante et n'absorbe pas trop d'huile.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Au réfrigérateur en respectant la Date Limite de Consommation (DLC) mentionnée sur le paquet. Une fois ouvert, le paquet sèche rapidement : le fermer soigneusement et le consommer dans les 2 jours, ou bien congeler le reste. Les feuilles de wonton se décongèlent au réfrigérateur 12h à l'avance.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

La pâte à ravioles fait partie de la famille des pâtes alimentaires : composée de farine de blé, d'eau et de sel, elle est donc presque uniquement composée de glucides lents. Elles sont riches en vitamines B et en magnésium. Lorsqu'elles contiennent de l'œuf, c'est en si petite quantité que son apport calorique est négligeable.

calories

278
kcal

protéines

9,90
g

glucide

53,90
g

lipide

2,20
g

sodium

630,00
mg

* Source de données :
AFSSA

acides
gras
saturés

0,70
g

sucre

4,00
g

fibre

1,50
g

HISTOIRE

On pense que les raviolis furent parmi les premières formes de pâtes connues, puisqu'il faut étaler en feuille la pâte pour la découper. On sait que les raviolis étaient fabriqués dès le Xvème siècle et étaient frits à l'origine.

Raviolis au jambon et parmesan [3]

[En savoir plus \[3\]](#)

Raviolis de romans, beurre blanc à la brunoise de tomate et ciboulette [4]

[En savoir plus \[4\]](#)

Petits gratins de raviolis aux herbes [5]

[En savoir plus \[5\]](#)

Raviolis au xamango [6]

[En savoir plus \[6\]](#)

Raviolis de saint-jacques au beurre de tarama [7]

[En savoir plus \[7\]](#)

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15322>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15322>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/raviolis-au-jambon-et-parmesan>

[4] <https://www.qooq.com/recipes/ravioles-de-romans-beurre-blanc-la-brunoise-de-tomate-et-ciboulette>

[5] <https://www.qooq.com/recipes/petits-gratins-de-ravioles-aux-herbes>

[6] <https://www.qooq.com/recipes/ravioles-au-xamango>

[7] <https://www.qooq.com/recipes/ravioles-de-saint-jacques-au-beurre-de-tarama>