

NOUGAT GLACÉ AU GINGEMBRE CONFIT



Ingrédients :

- . 40 cl de crème fraîche
- . 80 g de sucre glace
- . 1 sachet de sucre vanille
- . 2 blancs d'œuf
- . 40 g de raisins secs
- . 40 g de gingembre confit coupé en dés
- . 40 g de noix grillées et concassées
- . 30 g d'écorces de citron confits coupés en dés
- . 30 g d'abricots confits coupés en dés.

POUR SERVIR : Chantilly et chocolat.

Préparation :

Dans un bol, battre la crème fraîche, le sucre vanille et le sucre glace jusqu'à ce que la crème devienne Chantilly. Réserver au frais. Dans un autre bol, faire monter les blancs d'œufs en neige avec une pincée de sel. Sortir la crème Chantilly du réfrigérateur, la mélanger délicatement avec les blancs en neige, le gingembre, les écorces de citron, les dés d'abricot et les noix jusqu'à l'obtention d'une préparation homogène. Sur une plaque couverte de papier sulfurisé, déposer des cercles tapissés de papier sulfurisé et les remplir avec le mélange obtenu, lisser la surface à l'aide d'une spatule et remettre au congélateur pendant 3 heures. Sortir du congélateur, démouler et servir dans une assiette. Décorer avec la Chantilly et le chocolat.

PAGEOT AUX TOMATES ET AUX OLIVES



Ingrédients :

- . Pageot d'1 kg
- . 2 oignons coupés en fines rondelles
- . 3 tomates coupées en fines rondelles
- . 4 c. à soupe de chermoula de poisson
- . 2 feuilles de laurier
- . la peau d'un 1/2 citron confit coupé en lanières
- . 5 cl d'huile d'olive
- . 60 g d'olives vertes

Préparation :

Faire mariner les oignons et les tomates dans deux cuillères à soupe de chermoula. Badigeonner le poisson de l'intérieur et de l'extérieur avec la deuxième quantité de la chermoula. Laisser mariner une demi-heure. Dans un plat à four (ou un tajine), disposer les oignons, les 3/4 des rondelles de tomate, les feuilles de laurier et le poisson. Mettre les tomates restantes par-dessus, arroser d'huile d'olive, garnir avec les olives meslalla et le citron confit. S'il reste encore de la chermoula, en napper le poisson. Faire cuire au four à 180°C pendant 45 min. (ou sur feu de charbon).

PELOTES AU MIEL



Ingrédients :

POUR LA PÂTE :

- . 50 g de beurre fondu
- . 10 cl de lait
- . 2 c. à soupe d'eau de fleur d'oranger
- . Farine (selon absorption).

POUR LA FARCE :

- . 500 g d'amandes
- . 250 g de sucre glace

POUR SERVIR : 250 g de miel.

Préparation :

Mélanger le beurre avec le lait et l'eau de fleur d'oranger. Ajouter la farine jusqu'à obtention d'une pâte souple. Laisser reposer. Monder les amandes, les frire et les moulinner finement avec le sucre glace. Les façonner en petites boulettes de la taille d'une noix. Faire passer la pâte dans l'appareil à spaghetti. Rouler les fils de pâte obtenus autour de la boulette d'amandes comme on ferait avec une pelote de laine. Faire cuire les gâteaux pelotes dans un four à 180 °C pendant 15 min. A la sortie du four, arroser les pelotes de miel.

TARTELETTES AU CITRON



Ingredients :

POUR LA PÂTE :

- . 250 g de farine
- . 125 g de beurre
- . 50 g de sucre
- . 1 jaune d'œuf
- . 1 pincée de sel
- . 1 c. à soupe d'eau

POUR LA CRÈME AU CITRON :

- . 100 g de sucre
- . 50 g de beurre
- . 3 œufs
- . 2 citrons
- . 20 g de fécule de pommes de terre
- . 5 cl d'eau

Préparation :

Préparer la pâte en travaillant le beurre et le sucre et la pincée de sel pour obtenir une pommade. Ajouter le jaune d'œuf en mélangeant pour avoir un appareil homogène. Ajouter la farine en petites quantités. Ajouter de l'eau si nécessaire. Mettre la pâte au frais. Ensuite l'étaler, en foncer des moules à tartelettes, les piquer avec une fourchette et les faire cuire à blanc.

PRÉPARATION DE LA CRÈME : Ajouter au jus de citron les zestes et l'eau. Travailler au batteur électrique les œufs avec le sucre et la fécule. Y adjoindre le mélange de jus de citron et faire cuire à feu doux, en remuant pour éviter que la crème n'attache au fond de la casserole. Garnir les fonds de tartelettes refroidis avec la crème au citron. Décorer avec du zeste de citron confit. Mettre au frais.

ROULEAUX À LA VIANDE HACHÉE



Ingrédients :

(5 PERSONNES) :

- . 15 feuilles de pastilla
- . 1 blanc d'oeuf
- . 400 g de viande d'agneau hachée
- . 2 oignons hachés
- . 2 gousses d'ail hachées
- . 6 feuilles de menthe ciselées
- . 2 carottes râpées
- . 2 c. à soupe de coriandre hachée
- . 3 c. à soupe d'huile
- . 1/4 de c. à café de piment fort
- . sel et poivre du moulin
- . 20 g de beurre pour badigeonner.

Préparation :

Chauffer l'huile dans une poêle, faire revenir légèrement l'oignon et les gousses d'ail hachés. Ajouter la viande et laisser cuire pendant 10 min. tout en remuant. Ajouter les épices puis retirer du feu. Incorporer les carottes, la menthe, la coriandre et mélanger soigneusement. Déposer une bonne cuillerée de farce sur le bord de la feuille de pastilla puis rouler en rentrant les bords préalablement enduits de blanc d'oeuf. Badigeonner les rouleaux de beurre fondu et disposer sur une plaque. Enfourner de 10 à 15 min. à 180°C. Servir les rouleaux chauds accompagnés de riz et de ciboulette.

MOELLEUX AU CHOCOLAT



Ingrédients :

(4 PERSONNES) :

- . 5 petits oeufs
- . 250 g de chocolat noir (70 % de cacao)
- . 175 g de beurre
- . 125 g de sucre glace
- . 75 g de poudre d'amandes
- . 50 g de beurre fondu
- . 100 g de chocolat fondu
- . 5 cl de crème fraîche.

Préparation :

Faire fondre les 175 g de beurre et le chocolat noir au bain-Marie. Dans une bassine, mélanger le sucre, la poudre d'amandes, les oeufs puis ajouter le chocolat fondu avec le beurre et mélanger. A l'aide d'un pinceau, badigeonner l'intérieur des moules avec les 50 g de beurre fondu. Une fois l'appareil refroidi, remplir les moules aux 3/4 et faire cuire 5 à 6 min. dans un four à 180°C. Mélanger les 100 g de chocolat fondu avec la crème fraîche. Démouler les moelleux dans des assiettes individuelles, napper de chocolat fondu et servir aussitôt avec une boule de glace à la vanille. Décorer avec du coulis de fraise.

KTAÏFS



Ingrédients :

(5 PERSONNES) :

- . Une douzaine de beghrirs de taille moyenne

INGRÉDIENTS POUR LA FARCE :

- . 250 g de fromage blanc
- . 50 g de raisins secs
- . 50 g d'amandes grillées et concassées
- . 50 g de noix grillées et concassées
- . 1/4 de c. à café de noix de muscade râpée.

POUR SERVIR :

- . 50 g d'amandes grillées et concassées
- . 100 g de miel.

Préparation :

Préchauffer le four à 180°C pendant 10 min. Après avoir bien mélangé les ingrédients de la farce, faire des petites boulettes et les mettre au cœur de chaque beghrir. Joindre les deux côtés pour obtenir des beghrirs sous forme d'un croissant. Appuyer sur les bords pour les souder et badigeonner de beurre fondu. Disposer les Ktaïfs (beghrirs farcis) sur une plaque beurrée et enfourner pendant 10 min. Sortir les Ktaïfs du four, les arroser de miel et les saupoudrer d'amandes grillées et concassées.

GHOURIBA AUX AMANDES ET AUX NOIX



Ingrédients :

- . 500 g d'amandes blanchies
- . 500 de noix
- . 500 g de sucre semoule
- . 50 g de beurre fondu
- . 3 sachets de levure chimique
- . 3 oeufs
- . 2 c. à soupe d'eau de fleur d'oranger
- . Zeste d'une orange (ou d'un citron)
- . 50 g de sucre glace

Préparation :

Faire moudre les amandes et les noix. Dans un récipient, mettre les amandes et les noix moulues, ajouter le zeste d'orange, la levure, le beurre fondu, les oeufs et les deux cuillères à soupe d'eau de fleur d'oranger. Bien mélanger de façon à obtenir une pâte homogène. Confectionner des petites boulettes et les enrober de sucre glace. Mettre les boulettes de ghouriba sur une plaque beurrée. Décorer les côtés des ghouribas avec une fourchette. Mettre au four préchauffé à 180 °C pendant 15 min.

TARTELETTES AU CAFÉ



Ingrédients :

- . 250 g de pâte brisée
- . 150 g de sucre glace
- . 2 jaunes d'oeuf
- . 200 g de poudre d'amande
- . 2 c. à soupe de beurre
- . 2 c. à café de café soluble
- . 2 c. à soupe d'eau
- . 1 pincée de cardamome pilée
- . 1 blanc d'oeuf.

POUR GARNIR :

- . 1 c. à soupe de sucre glace
- . 1 c. à soupe de cacao.

Préparation :

Foncer des moules à tartelettes de pâte puis en piquer le fond avec une fourchette. Faire cuire à blanc au four préchauffé à 180°C pendant 8 minutes. Sortir les moules du four et à l'aide d'un pinceau, enduire la pâte de blanc d'oeuf et laisser refroidir. Mettre une casserole sur le feu, y verser l'eau, le sucre glace ainsi que le café soluble. Porter à ébullition puis ôter du feu et laisser refroidir. Fouetter le jaune d'oeuf avec le beurre, y rajouter la poudre d'amande et le sirop au café en continuant à fouetter jusqu'à ce que le mélange devienne homogène. Parfumer la préparation avec la pincée de cardamome. Garnir les fonds de tartelettes avec ce mélange et mettre à cuire à 180°C de 20 à 25 min. Au moment de servir, les saupoudrer de sucre glace et de cacao

BRIOUATES AU POULET



Ingrédients :

(5 PERSONNES) :

- . 15 feuilles de pastilla
- . 1 blanc d'oeuf
- . 25 g de beurre fondu
- . 2 blancs de poulet hachés
- . 2 c. à soupe d'huile
- . 1 carotte râpée
- . 1 poireau haché finement
- . 1 pincée de noix de muscade
- . 1/4 de c. à café de gingembre
- . 1/4 de c. à café de piment rouge doux
- . 4 c. à soupe de persil haché
- . 1 c. à soupe de jus de citron

Préparation :

Dans une poêle, faire revenir le poireau dans l'huile chaude avec la chair de poulet émietée pendant 10 min. Ajouter la carotte râpée, les épices et laisser cuire pendant 5 min. Retirer du feu et rajouter le persil haché et le jus de citron. Bien mélanger et laisser refroidir. Découper la feuille de pastilla en 3 rubans assez larges. Déposer un ruban de feuille sur le plan de travail. Sur le côté le plus haut, déposer deux cuillerées à soupe de la farce. Plier en donnant une forme triangulaire, puis continuer de plier la briouate, une fois à gauche, puis à droite, en veillant toujours à lui garder sa forme triangulaire. Couper l'excédent de feuille, badigeonner l'extrémité avec le blanc d'oeuf et essayer de la faire entrer dans le dernier pli de la briouate pour bien fermer celle-ci. Recommencer l'opération jusqu'à épuisement de la farce. Enduire les deux faces de chaque briouate de beurre fondu et placer sur une plaque huilée. Faire cuire au four à 180°C.

BÛCHE À LA CRÈME AU CHOCOLAT



Ingrédients :

GÉNOISE AUX AMANDES :

- . 120 g de sucre
- . 4 oeufs
- . 80 g de farine
- . 40 g de poudre d'amandes
- . 1/2 sachet de levure chimique
- . 1 pincée de sel

POUR IMBIBER LE BISCUIT :

- . 5 cl de café sucré

CRÈME AU CHOCOLAT :

- . 300 g de chocolat noir
- . 150 g de crème fraîche

Préparation :

Dans un grand bol, battre les oeufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange double de volume. Incorporer le reste des ingrédients tamisés en mélangeant avec une cuillère en bois pour obtenir une pâte légère et aérée. Verser la préparation sur une plaque (40 x 30 cm) tapissée de papier sulfurisé et étaler d'une manière uniforme. Mettre au four préchauffé à 180°C pendant 10 min. Faire fondre le chocolat noir au bain-marie, ajouter la crème en remuant pour obtenir une crème homogène et brillante. Sortir le biscuit du four et couper les bords pour avoir un rectangle parfait, retirer le papier sulfurisé et laisser tiédir. Imbiber le biscuit avec le café, et étaler dessus, d'une manière uniforme les 3/4 de la crème au chocolat. Rouler le biscuit et le placer au frais pendant 1/2 heure. Couvrir le roulé avec la crème au chocolat restante et laisser sécher pendant 5 min, tracer des lignes avec les pointes d'une fourchette pour lui donner l'aspect d'une bûche et réserver au frais. Couper les côtés de la bûche en biais avant de servir.

BON À SAVOIR : pour une agréable petite note acidulée, incorporer aux 3/4 de la crème au chocolat destinée à fourrer le biscuit 50 g d'écorce d'orange confite râpée.

R'FISSA BE REZZAT EL KADI AU POULET



Ingredients :

(5 PERSONNES) :

- . 1 poulet fermier de 2 kgs
- . 2 gros oignons hachés
- . 1 petit bouquet de persil
- . 1 c. à soupe de beurre rance (s'men)
- . 1 c. à café de poivre noir
- . 1/2 c. à café de macis
- . 1/2 c. à café de curcuma
- . 1/4 de c. à café de safran pilé
- . 1 / 2 verre d'huile de table
- . Sel
- . 2 l d'eau

POUR S ERVIR : 1 c. à café de smen. 2 kg de rezzat el kadi.

Préparation :

Dans un bol, mettre les épices, l'oignon et un petit verre d'eau et faire mariner le poulet pendant 1 h. Mettre le poulet et la marinade dans une marmite sur feu doux, et les faire revenir pendant 5 min. Ajouter le bouquet de persil et mouiller avec l'eau. Après ébullition, baisser le feu et laisser mijoter jusqu'à cuisson du poulet. Le bouillon doit avoir réduit à 1 litre. Mettre les rezzat el kadi dans le haut du couscoussier pour les ouvrir à la vapeur pendant 15 min. Les disposer ensuite dans un plat de service, et les enduire de beurre rance. Délier les rezzat el kadi, et déposer dessus le poulet puis arroser le tout avec le bouillon. Servir r'fissa à la rezzat el kadi bien chaude.

VARIANTE : vous pouvez remplacer le poulet fermier par des pigeons ou des perdrix en suivant la même recette. Et pour servir garnissez le plat avec des amandes mondées, grillées et concassées.

FILETS D'ESPADON EN TROIS SAVEURS



Ingredients :

(4 PERSONNES)

- . 600 g d'espadon en filets
- . 2 bottes d'asperges vertes
- . 1 botte de basilic rouge
- . 15 cl d'huile d'olive
- . 50 g de piment doux
- . 1 botte de ciboulette
- . 100 g de graines de sésame
- . Sel, poivre

Préparation :

Tailler le filet d'espadon en gros carrés et les faire mariner dans de l'huile d'olive additionnée de sel et de poivre. Éplucher les asperges vertes à moitié, puis les blanchir dans de l'eau bouillante fortement salée (pour fixer la chlorophylle) pendant 4 minutes et plonger dans de l'eau glacée. Mettre le piment doux, la ciboulette, les graines de sésame dans des récipients différents. Poêler les carrés d'espadon en mi-cuisson dans de l'huile d'olive tiède et déposer chaque morceau dans un des récipients contenant les graines de sésame, le piment doux, ou la ciboulette. Dresser sur assiette (voir photo). Accompagner de sauce Tériaki, une sauce asiatique à base de sauce soja, gingembre, ail, ananas. Vous pouvez la remplacer par de la sauce soja légèrement liée avec de la féculé.

FINITION : feuille de basilic rouge.

PUDDING À LA CONFITURE D'ORANGE



Ingrédients :

(4 PERSONNES) :

- . 95 g de beurre
- . 40 g de sucre
- . 2 oeufs
- . 250 g de farine
- . 1/2 c. à café de cannelle
- . 1/4 de c. à café de gingembre
- . 2 sachets de levure chimique
- . 15 cl de lait
- . 4 c. à soupe de confiture d'orange
- . 1 pincée de sel

Pour servir (facultatif) :

- . 2 c. à soupe de nappage
- . 2 c. à soupe de sucre semoule (ou en granulé)

Préparation :

Beurrer des moules à pudding individuels (ramequins ovales en porcelaine), tapisser le fond de papier sulfurisé beurré et préchauffer le four à 170°C. Dans un bol, travailler le sucre et le beurre en pommade, ajouter les oeufs en fouettant à l'aide d'un batteur électrique, incorporer la confiture, le lait puis la farine, la levure et les épices tamisées. Bien mélanger tous les ingrédients pour obtenir une pâte homogène et aérée, verser la pâte dans les moules, recouvrir avec du papier aluminium, beurrer et cuire au bain-marie au four pendant 1h45min. Démouler les puddings et laisser refroidir sur une grille. Faire chauffer le nappage au bain-marie et en badigeonner les puddings. Avant de servir, les saupoudrer de sucre semoule (ou en granulé).

SALADE DE GÉSÍERS CONFITS AUX RAISINS SECS



Ingrédients :

(4 P ERSONNES) :

- . 4 cours de laitue
- . 50 g de raisins secs
- . 8 cerneaux de noix
- . 4 gésiers de canard confits
- . 2 tranches de foie gras mi-cuit
- . 1 belle poire coupée en morceaux

VINAIGRETTE :

- . 1 c. à soupe d'huile de noix
- . 1 c. à soupe d'huile
- . 3 c. à soupe de vinaigre balsamique
- . 1 c. à café de miel chaud
- . Sel et poivre du moulin

Préparation :

Dégraissier les gésiers et les couper en petits morceaux. Couper les tranches de foie gras en dés. Dans un plat, disposer les cours de laitue, les garnir de morceaux de poire, de gésiers et de foie gras. Décorer avec les raisins secs et noix concassées. Mélanger bien les ingrédients de la vinaigrette, saler, poivrer et mettre dans une saucière pour accompagner la salade.

BON À SAVOIR : ne pas oublier de citronner les morceaux de poire pour qu'ils ne noircissent pas.

PILONS DE POULET AUX POIRES DE MIDELT



Ingredients :

(5 PERSONNES) :

- 1 kg de pilons de poulet
- 1 coing non moyen haché
- 1/2 c. à café de poivre
- 1/2 c. à café de gingembre
- 1/4 d e c. à café de pistils de safran
- 2 bâtonnets de cannelle
- 1 c. à café de beurre rance (facultatif)
- 2 c. à soupe d'huile
- 1 bouquet de persil et de coriandre
- 1 gousse d'ail haché
- 1 pincée de macis
- 1 grand verre d'eau

POUR LES POIRES

- 1 kg de poires moyennes
- 50 g de beurre
- 80 g de sucre
- jus d'un citron
- 4 c. à soupe de sauce de cuisson des pilons

POUR SERVIR :

- 30 g d'amandes effilées grillées

Préparation :

Dans un bol mettre les pilons de poulet, les épices, l'oignon haché et l'ail. Laisser mariner pendant 1h au frais. Dans une marmite mettre le beurre rance, l'huile, le bouquet garni et les pilons avec la marinade, mouiller avec l'eau et laisser cuire sur feu moyen jusqu'à ce que les pilons deviennent tendres et la sauce onctueuse. Couper les poires en deux, retirer les pépins et garder le pédoncule, inciser le côté bombé des poires et les arroser de jus de citron. Dans une poêle mettre le beurre et le sucre et faire caraméliser les poires sur feu doux pendant 10 min, ajouter quatre cuillères à soupe de la sauce de cuisson des pilons et laisser mijoter 5 min. Disposer les pilons de poulet et les poires dans un plat préchauffé, les napper des deux sauces et garnir d'amandes effilées grillées.

REZZAT EL KADI AUX LANIÈRES DE POULET ET AMANDES EFFILÉES



Ingredients :

(5 PERSONNES) :

1 kg de blancs de poulet
2 gros oignons
1 petit bouquet de persil
1 c. à soupe de beurre rance (s'men)
1/2 c. à café de poivre noir
1 c. à café de gingembre
1/4 de c. à café de macis
1/4 de c. à café de safran pilé
1/2 verre d'huile de table
2 pincées de sel
1 l de bouillon de volaille

POUR SERVIR : 2 kg de rezzat el kadi* 4 c. à soupe de miel de fleurs d'oranger

Préparation :

Couper le blanc de poulet en lanières régulières, les faire mariner dans un bol avec 1 oignon râpé et la moitié des épices. Couvrir avec un film alimentaire et garder au frais pendant 1 heure. Dans une marmite, faire revenir dans l'huile et sur feu vif, les lanières de poulet marinées pendant 5 min. À l'aide d'une écumoire, retirer les lanières de poulet, baisser le feu et faire revenir le restant d'oignon haché dans la marmite durant 10 min. Ajouter les épices, le bouquet de persil, l'oignon haché, le beurre rance, le bouillon, laisser cuire et réduire la sauce de moitié. Remettre les lanières de poulet dans la marmite et faire mijoter pendant 10 min. Mettre les rezzat el kadi dans le haut du couscoussier pour les ouvrir à la vapeur pendant 15 min. Mettre une galette de rezzat el kadi dans un plat de service, la garnir de lanières de poulet, l'arroser avec un peu de sauce et recouvrir avec une autre galette déliée. A déguster bien chaud, avec des amandes effilées.

DUO DE CREVETTES ET DE MERLANS EN TERRINE



Ingrédients :

(5 PERSONNES) :

- . 400 g crevettes décortiquées
- . 800 g de filet de merlan
- . 30 cl de crème fraîche
- . 6 oeufs
- . Sel et poivre

Préparation :

Passer les crevettes au hachoir et les mettre dans un bol. Ajouter 2 blancs d'œufs, 10 cl de crème fraîche, le sel et le poivre et bien mélanger. Dans un autre bol, mettre les filets de merlan hachés et ajouter 4 blancs d'œufs, la crème fraîche restante, le sel et le poivre et mélanger. Tapisser un moule à cake de papier sulfurisé et alterner les farces en deux couches. Couvrir le moule de papier aluminium, le placer dans un bain-marie, et le mettre au four préchauffé à 180°C pendant 40 min. Sortir le moule du four et le laisser refroidir pendant 15 min. Démouler la terrine et la décorer avec des crevettes et des tranches de citron.

ROUGET DE ROCHE FÉVETTES ET OLIVES NOIRES



Ingrédients :

(4 PERSONNES) :

- . 4 pièces de rougets
- . 2 kg de févettes
- . 500 g d'olives noires
- . 100 g de citrons confits
- . 1 kg de tomates cerise
- . 15 cl d'huile d'olive
- . Sel, poivre.

Préparation :

Faire lever les filets de rougets par votre poissonnier sans couper la queue. Éplucher les févettes et les blanchir dans de l'eau bouillante fortement salée. Dénoyauter les olives et les tailler en deux. Laver les tomates cerise et les faire revenir à feu vif à l'huile d'olive en laissant compoter légèrement. Ajouter les févettes et les olives. Réserver au chaud. Dans la même poêle, cuire les filets de rouget d'une face et finir la cuisson au four sans retourner. Poser les légumes sur l'assiette et couvrir avec les filets de rouget. Accompagner de sauce Tériaki

FINITION : feuilles de roquette, zeste de citron confit.

ROULÉ DE TRUITES DE L'ATLAS



Ingrédients :

(5 PERSONNES) :

- . 400 g crevettes décortiquées
- . 800 g de filet de merlan
- . 30 cl de crème fraîche
- . 6 œufs
- . Sel et poivre

Préparation :

Passer les crevettes au hachoir et les mettre dans un bol. Ajouter 2 blancs d'œufs, 10 cl de crème fraîche, le sel et le poivre et bien mélanger. Dans un autre bol, mettre les filets de merlan hachés et ajouter 4 blancs d'œufs, la crème fraîche restante, le sel et le poivre et mélanger. Tapiser un moule à cake de papier sulfurisé et alterner les farces en deux couches. Couvrir le moule de papier aluminium, le placer dans un bain-marie, et le mettre au four préchauffé à 180°C pendant 40 min. Sortir le moule du four et le laisser refroidir pendant 15 min. Démouler la terrine et la décorer avec des crevettes et des tranches de citron.

BOULFAF (BROCHETTES DE FOIE À LA CRÉPINE DE MOUTON)



Ingrédients :

- . 1 foie de mouton
- . 1 crépine fine de mouton
- . 1 c. à soupe de cumin
- . 1 c. à soupe de paprika
- Sel

Préparation :

Faire griller le foie des deux faces sur un feu de charbon. Le découper en tranches d'1 cm d'épaisseur puis le remettre à griller sur le feu. Une fois les tranches de foie grillées, détailler en morceaux moyens. Dans un récipient, mélanger le cumin avec le paprika et le sel. Enduire les morceaux de foie grillés de ce mélange d'épices. Découper la crépine en longues bandelettes, veiller à ce que leur largeur soit égale à celle des morceaux de foie. Envelopper les morceaux de foie dans les morceaux de crépine puis les enfiler sur les broches. Faire griller sur feu de charbon. Servir les brochettes de boulfaf chaudes accompagnées de pain matlouâ et de thé.

CORNES DE GAZELLE ENROBÉES DE GRAINES DE SÉSAME



Ingrédients :

1 kg d'amandes blanchies et mondées.
500 g de sucre se moule.
8 cl d'eau de fleurs d'oranger.
50 g de beurre.
1/4 c. à café de cannelle pilée.
1 pincée de mastic (gomme arabique).

P O U R FINALISER :

2 blancs d 'oeufs.
2 50 g d e graines de sésame.

Préparation :

P R É P A R A T I O N D E L A P Â T E D 'A M A N D E S : mélanger les amandes blanchies et mondées avec le sucre puis passer le tout au hachoir manuel. Ajouter au hachis d'amandes, l'eau de fleurs d'oranger, le beurre, la cannelle ainsi que le mastic (gomme arabique) pilé avec un peu de sucre. Malaxer le mélange et en confectionner des doigts de 6 cm de longueur sur 2 cm d'épaisseur.

P R É P A R A T I O N D E S C O R N E S D E G A Z E L L E : badigeonner à l'aide d'un pinceau, les cornes de gazelle avec le blanc d'ouf, les enrober de graines de sésame avant de les façonner en forme de croissant. Disposer les cornes de gazelle enrobées de graines de sésame sur une plaque huilée et les faire cuire au four préchauffé à 180°C pendant 10 minutes.

CAILLES AU COUSCOUS TFAÏA



Ingrédients :

1 poulet beldi de 2 kg.
1 oignon haché.
2 bâtonnets de cannelle.
1 c. à café de smen (beurre rance).
5 cl d'huile de table.
Abattis du poulet coupé en morceaux.
2 bonnes pincées de pistils de safran.
1 / 2 c. à café de gingembre.
1/2 c. à café de poivre.
1 / 4 de c. à café de cubèbe (kababa).
1/4 de c à café de macis (bsibsa).
Sel.
2 c. à soupe de miel.
1l d'eau.

FARCE :

200 g de couscous cuit à la vapeur.
250 g d'amandes mondées, frites et hachées.
200 g de raisins secs lavés, trempés dans de l'eau, essorés et hachés.
100 g de beurre.
50 g de sucre semoule.
2 pincées de mastic (gomme arabique).
1/2 c. à café de cannelle.
2 pincées de noix de muscade.

POUR SERVIR : 100 g d'amandes mondées et frites.

Préparation :

Laver soigneusement le poulet à l'eau vinaigrée. Laisser égoutter. Préparer la farce en mélangeant le couscous avec le sucre, la cannelle, les amandes, les raisins secs hachés, le mastic pilé et la noix de muscade. Malaxer le tout avec le beurre. Farcir le poulet avec la farce au couscous et aux amandes. Coudre le poulet avec du fil de cuisine. Dans une marmite, faire chauffer l'huile, y faire revenir l'oignon, déposer le poulet dans la marmite, le laisser rissoler avec l'oignon. Ajouter le smen, les abattis, les épices et l'eau et laisser cuire à feu doux pendant deux heures, en retournant régulièrement le poulet pour qu'il dore d'une manière uniforme. Quand le poulet est cuit, ajouter le miel et les amandes et laisser encore sur le feu pendant 5 min, pour avoir un poulet bien doré et une sauce onctueuse et mielleuse. Disposer le poulet sur un plat de service, déposer tout autour les amandes et napper de sauce. Servir chaud.

TAJINE D'AGNEAU AUX CARDONS



Ingrédients :

(5 PERSONNES)

1 kg de viande d'agneau coupée dans le gigot
1 oignon blanc émincé
1 gousse d'ail hachée
5 cl d'huile d'olive
1/2 c. à café de gingembre
1/2 c. à café de poivre
1/4 de c. à café de safran pilé
1/2 c. à café de sel
3 pieds de cardon
1/2 citron frais
1 petit bouquet de coriandre et de persil
1/2 citron confit
80 g d'olives rouges
50 cl d'eau

Préparation :

Dans une marmite, mettre à chauffer l'huile et faire suer l'oignon et l'ail à feu doux pendant 5 min. Ajouter la viande et la faire revenir pendant 5 min. Mettre les épices, mouiller avec l'eau et laisser cuire à feu moyen (en rajoutant un peu d'eau si besoin). Nettoyer les pieds de cardons en leur enlevant soigneusement les fils du dos, les découper en tronçons de 4 cm de longueur, les laver et les frotter avec le citron frais. Lorsque la viande est cuite, la retirer de la marmite et mettre à cuire les tronçons de cardons et le bouquet de coriandre et de persil. Lorsque les morceaux de cardons deviennent tendres, ajouter le citron confit coupé en lamelles, les olives et disposer dessus les morceaux de viande pour les réchauffer. Retirer le bouquet de coriandre et de persil, servir la viande garnie de tronçons de cardons, du citron confit, des olives rouges et napper de sauce bien onctueuse.

TAJINE D'AGNEAU AUX TOPINAMBOURS



Ingrédients :

1 kg de viande d'agneau, coupée dans le gigot ou le collier
1 oignon blanc émincé
1 gousse d'ail hachée
2 c. à soupe de jus de coriandre fraîche
5 cl d'huile de table
1/2 c. à café de gingembre
1/2 c. à café de poivre
1/4 de c. à café de safran pilé
1/2 c. à café de sel
750 g de topinambours
1 petit bouquet de coriandre
Jus d'un demi citron
1 citron
50 cl d'eau

Préparation :

Dans un bol, faire mariner les morceaux de viande dans les épices et le jus de coriandre, pendant une heure. Dans une marmite, mettre l'huile et faire suer l'oignon et l'ail à feu doux pendant 5 min. Ajouter la viande avec sa marinade et la faire revenir pendant 10 min. Mouiller avec l'eau et laisser cuire à feu moyen (en rajoutant un peu d'eau si besoin). Lorsque la viande est cuite, la retirer de la marmite et y mettre les topinambours épluchés et lavés et le bouquet de coriandre. Lorsque les légumes deviennent tendres, ajouter le jus de citron et le citron frais pelé à vif et coupé en rondelles. Remettre la viande dans la marmite pour la réchauffer, laisser épaissir la sauce. Retirer le bouquet de coriandre, servir la viande garnie des topinambours et nappée de sauce.

CORNES DE GAZELLES FERMÉES AUX AMANDES CONCASSÉES



Ingrédients :

Ingrédients pour la pâte :

500 g de farine
1 c. à soupe de beurre fondu
1 c. à soupe d'huile
1 c. à soupe de miel
1 oeuf
1 pincée de sel eau

Ingrédients pour la pâte d'amandes

1 kg d'amandes blanchies et mondées
500 g de sucre semoule
8 cl d'eau de fleurs d'oranger
50 g de beurre
1/2 c. à café de cannelle pilée
1 pincée de mastic (gomme arabique)

Pour décorer

250 g d'amandes concassées.
1 blanc d'oeuf

Préparation :

Préparer les cornes de gazelle comme indiquée dans la recette de base (page 51). Une fois les boudins de pâte enrobés dans la pâte, leur donner cette forme en les pliant légèrement et en collant les deux bouts de la corne de gazelle. Tremper le bout des cornes de gazelle dans le blanc d'oeuf puis dans les amandes concassées. Les faire cuire au four à 180°C.

CALAMARS FARCIS



Ingrédients :

4 gros calamars
250 g de viande hachée
100 g de riz
4 tomates
2 c. à soupe de persil et de coriandre hachés
1 gousse d'ail
1/2 c. à café de sel
1/2 c. à café de poivre
1 c. à café de paprika
1 c. à café de cumin
10 cl d'huile d'olive.

Préparation :

Faire cuire le riz à l'eau bouillante salée, égoutter et réserver. Préparer une chermoula avec l'ail, le persil et la coriandre et les épices. Dans une poêle, faire revenir la viande hachée dans un peu d'huile. Retirer du feu ; ajouter le riz et la moitié de la chermoula. Bien mélanger. Farcir les calamars avec cette préparation, fermer avec des piques en bois. Préparer une sauce tomate avec les tomates râpées, l'huile restante et l'autre moitié de la chermoula. Mettre dans une marmite à fond épais, y faire cuire les calamars pendant 15 min. Servir chaud ou froid.

POULET BELDI FARCI AU COUSCOUS ET AUX AMANDES



Ingrédients :

4 cailles
1 oignon
1/4 de c. à café de pistils de safran
1 cm de gingembre frais râpé
2 bâtonnets de cannelle
2 pincées de poivre
20 g de beurre
3 cl d'huile de table
10 cl d'eau
2 c. à soupe de miel

Farce :

250 g d'amandes mondées et frites
100 g de raisins trempés dans l'eau, égouttés et hachés
1 pincée de ras el hanout
1 c. à café d'eau de fleur d'oranger
20 g de beurre
50 g de sucre semoule
1/4 de c. à café de sel

Pour servir : 400 g de couscous cuit à la vapeur

Pour la tfaïa :

300 g d'oignons
5 cl d'huile
1 c. à soupe de beurre
1/2 c. à café de sel
1/4 de c. à café de cannelle
1/4 de c. à café de gingembre
1 pincée de pistils de safran
2 c. à soupe de sucre semoule
80 g de raisins secs.

Pour décorer : 100 g d'amandes effilées

Préparation :

Laver soigneusement les cailles dans de l'eau vinaigrée, les égoutter. Préparer la farce en mélangeant les amandes moulues avec les raisins secs hachés. Ajouter l'eau de fleur d'oranger, le sucre, les épices et le beurre. Bien mélanger puis partager cette farce en 4 parts. Farcir chaque caille avec une part du mélange aux amandes. Coudre les cailles avec du fil de cuisine. Dans une marmite, faire chauffer le beurre et l'huile, y faire revenir l'oignon, ajouter les cailles dans la marmite et les épices, laisser rissoler pendant quelques minutes. Ajouter l'eau et laisser cuire pendant 20 min en retournant délicatement les écailles pour ne pas les casser. Au terme de leur cuisson, ajouter le miel et laisser dorer les cailles et caraméliser la sauce. Retirer la marmite du feu et réserver. Pour préparer la tfaïa, mettre à chauffer l'huile et le beurre dans une marmite, y faire cuire les oignons, ajouter les épices, le sucre et les raisins secs. Laisser cuire sur feu doux pour compoter la préparation. Pour servir, déposer le couscous dans un plat de service, disposer par-dessus la tfaïa, puis déposer tout autour les cailles. Décorer avec les amandes effilées. Servir aussitôt.

TAJINE D'AGNEAU AU CELERI-RAVE ET OLIVES M'SLALLA



Ingrédients :

(5 PERSONNES) :

1 kilo de viande d'agneau coupée dans le collier.
4 gousses d'ail hachées.
5 cl d'huile d'olive.
1/2 c. à café de gingembre.
1/2 c. à café de poivre.
1/4 de c. à café de safran pilé.
1/2 c. à café de sel.
700 g de céleris-raves.
150 g d'olives vertes cassées (M'slalla).
1 petit bouquet de coriandre et de persil.
1 petit citron confit.
2 c. à soupe de coriandre hachée.
50 cl d'eau.

Préparation :

Dans une marmite, mettre à chauffer l'huile, disposer les morceaux de viande et les faire revenir pendant 5 min. Ajouter l'ail haché, les épices, le bouquet garni et mouiller avec l'eau. Laisser cuire à feu moyen (en rajoutant un peu d'eau si besoin). Peler les céleris-raves et les couper en quartiers réguliers. Dénoyauter les olives et réserver. Lorsque la viande est cuite, la retirer de la marmite et mettre les quartiers de céleris-raves. Laisser cuire pendant 15 min, ajouter les olives, la coriandre hachée et le citron confit coupé en lamelles, disposer par-dessus les morceaux de viande pour les réchauffer et laisser mijoter pendant 10 min. Servir la viande garnie de quartiers de céleris-raves, du citron confit, des olives vertes M'slalla et napper de sauce bien onctueuse.

TRIPES AUX NAVETS AMERS



Ingrédients :

(5 PERSONNES) :

700 g de tripes et d'abats de mouton.
4 gousses d'ail hachées.
1 bouquet de persil et de coriandre.
1 c. à café de paprika.
1 c. à café de cumin.
1/2 c. à café de gingembre.
1/2 c. à café de poivre.
1 /2 c. à café de sel.
2 c. à soupe d'huile d'olive.
500 g de navets amers (left mahfour).
1 00 g d'olives rouges.
1 citron confit.
2 c. à soupe de coriandre et de persil hachés.
75 cl d'eau.

Préparation :

Couper les tripes et les abats de mouton en morceaux réguliers. Les placer dans une marmite avec les épices, l'ail haché, l'huile d'olive et le bouquet garni. Mouiller avec l'eau, couvrir et laisser cuire à feu moyen, en ajoutant de l'eau si nécessaire. Gratter les navets amers, les laver et les couper en tronçons de 4 cm. 20 min avant la fin de la cuisson, ajouter les navets, les olives, le citron confit coupé en lamelles et les 2 cuillerées à soupe de coriandre et de persil hachés. Au terme de la cuisson, servir les tripes bien chaudes, garnies de navets, d'olives, de citron et napper de sauce bien onctueuse.

HARIRA BIDAOUIA



Ingrédients :

150 g de viande d'agneau coupée en dés . 100 g de pois chiches trempés dans l'eau la veille . 50 g de lentilles . 30 g de vermicelles . 1 bouquet de coriandre hachée . 1 bouquet de céleri haché . 1 bouquet de persil haché . 500 g de tomates râpées . 1 oignon haché . 4 c. à soupe de concentré de tomates . 1/2 c. à café de curcuma . 1/2 c. à café de gingembre . 1 c. à café de smen . 1/2 c. à café de poivre . 1 bâtonnet de cannelle . 1 c. à café de sel . 3 l d'eau . POUR LA TÉDOUIRA (LIANT) : 150 g de farine . jus d'1/2 citron . 2 verres d'eau . POUR LE DÉCOR : 1 c. à café de smen . 1 c. à café de coriandre hachée . 1 c. à café de céleri haché . POUR SERVIR : quartiers de citron . figes fraîches

Préparation :

dans un récipient, déposer la farine, l'eau et le jus de citron. Bien mélanger tous les ingrédients pour obtenir une pâte liquide et homogène. Couvrir la pâte et la laisser reposer dans un endroit chaud jusqu'à ce qu'elle lève. Fouetter la tédouira avant de l'utiliser en lui incorporant un peu d'eau pour qu'elle redevienne plus liquide

. P R É P A R A T I O N D E L A H A R I R A B I D A O U I A :

rincer et peler les pois chiches. Trier et laver les lentilles. Découper la viande en morceaux. Dans une marmite, mettre à cuire sur feu moyen la viande, l'oignon, les pois chiches, les lentilles, les tomates râpées, la coriandre, le persil, le céleri, les épices, le smen et 2 l d'eau. Après ébullition, laisser cuire sur feu moyen jusqu'à ce que les pois chiches deviennent tendres. Mouiller la marmite avec un litre d'eau chaude. Ajouter le concentré de tomates et le vermicelle en remuant pendant 5 mn. Ajouter la tédouira en quantité suffisante pour obtenir une harira onctueuse et veloutée. Laisser cuire la harira à feu doux en remuant jusqu'à ce que l'écume formée par la tédouira disparaisse complètement. 5 mn avant d'ôter la harira du feu, la parfumer avec le smen et la parsemer de coriandre et de céleri hachés. Servir la harira bien chaude accompagnée de quartiers de citron et de figes fraîches

HSSOUA-BEL-BELBOULA



Ingrédients :

2 pigeonneaux de 250 g pièce . 1 oignon blanc haché . 40 g de beurre . 1 bouquet de persil et de coriandre . 1 c. à café de sel . 1/2 c. à café de gingembre . 1/4 de c. à café de poivre . 2 bâtonnets de cannelle . 2 l d'eau . 50 g de semoule d'orge . 100 g de noix moulues . 5 cl d'huile d'argan . 5 cl de lait concentré . POUR SERVIR : cerneaux de noix

Préparation :

Dans une marmite, faire revenir l'oignon dans le beurre jusqu'à ce qu'il devienne translucide. Ajouter les pigeonneaux, les épices et le bouquet d'herbes. Mouiller avec l'eau et laisser cuire sur feu doux. Au terme de la cuisson des pigeonneaux, les retirer de la marmite et passer le bouillon de cuisson au chinois. Remettre le bouillon de cuisson dans la marmite, lui ajouter la semoule d'orge et les noix moulues. Faire cuire sur feu doux en remuant de temps en temps jusqu'à cuisson de la semoule d'orge. Désosser les pigeonneaux et émietter leur chair dans la marmite. Incorporer le lait concentré et l'huile d'argan. Laisser cuire 2 mn avant de servir. Garnir avec des cerneaux de noix . BON À SAV O I R : vous pouvez remplacer les pigeonneaux par du poulet

LES GATEAUX AU MIEL

CHEBBAKIA-AU-LAIT ET AUX AMANDES



Ingredients :

250 g de beurre . 1/2 l de lait . 1/2 sachet de levure chimique . 1/2 c. à café de levure de boulanger . 900 g de farine . 100 g de poudre d'amandes . 1/4 de c. à café de mastic (gomme arabique) . 1 pincée de sel . huile pour friture . POUR LE DÉCOR : miel . 100 g d'amandes mondées, frites et concassées

Préparation :

dans une casserole, faire chauffer, sur feu moyen, le lait et le beurre pendant 5 mn. Dans 2 cuillers à soupe de ce mélange, délayer la levure de boulanger. Dans un récipient, tamiser la farine, le sel, le mastic et la levure chimique, bien mélanger. Ajouter la levure de boulanger et la poudre d'amandes. Incorporer le mélange lait/beurre délicatement. Bien mélanger le tout jusqu'à obtention d'une pâte homogène et lisse. Diviser la pâte en grosses boulettes de la taille d'une orange. Les envelopper dans un film alimentaire et les laisser lever 15 mn. Sur un plan de travail fariné, étaler finement chaque boule de pâte à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. Faire passer chaque abaisse de pâte dans l'appareil à «spaghettis». Confectionner des chebbakia comme indiqué dans la technique de préparation ci-contre. Faire frire les chebbakia dans un bain d'huile chaude jusqu'à ce qu'elles deviennent dorées. Dès leur sortie de la friture, plonger les chebbakia dans un récipient rempli de miel. Les retourner à l'aide d'une spatule et les déposer dans une passoire pour laisser égoutter l'excédent de miel. Saupoudrer les chebbakia d'amandes concassées

M'KHARQA



Ingrédients :

1 kg de farine • 2 g de levure fraîche • 2 oeufs • 12 cl d'huile d'olive • 12 cl de beurre fondu • 12 cl d'eau de fleurs d'oranger
• 100 g de graines de sésame grillées • 6 cl de vinaigre • 2 c. à soupe d'anis moulu • 2 c. à soupe de sucre semoule • 1 c. à café de cannelle • 1/4 de c. à café de pistils de safran • 1/4 de c. à café de mastic (gomme arabique) • 1/2 c. à café de sel • 10 cl d'eau
• huile de friture • POUR LE DÉCOR : 500 g de miel • 50 g de graines de sésame

Préparation :

délayer la levure dans un peu d'eau. Dans un récipient, tamiser la farine avec le sel. Faire un puits, y déposer la levure, les oeufs, les graines de sésame, l'anis, le sucre semoule, les épices, l'eau de fleurs d'oranger, le vinaigre, le beurre fondu et l'huile d'olive. Mélanger le tout en ajoutant la quantité d'eau nécessaire pour obtenir une pâte homogène, la pétrir jusqu'à ce qu'elle devienne souple et élastique. Diviser la pâte en grosses boulettes de la taille d'une orange. Les envelopper dans un film alimentaire et les laisser reposer 15 mn. Sur un plan de travail fariné, étaler chaque boule de pâte finement à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. Avec une roulette, découper un grand rectangle, divisé lui même en douze petits rectangles. Sur chaque petit rectangle de pâte, faire 4 entailles parallèles avec la roulette, dans le sens de la largeur, sans atteindre les bords. Passer les doigts dans les fentes pour prendre une languette de pâte sur deux. Faire passer les deux bouts du gâteau par le centre pour obtenir une m'kharqa (voir photos p. 28). Répéter l'opération jusqu'à épuisement de la pâte. Faire frire les m'kharqa dans un bain d'huile chaude jusqu'à ce qu'elles deviennent dorées. Dès leur sortie de la friture, plonger les m'kharqa dans un récipient rempli de miel. Les retourner à l'aide d'une spatule et les déposer dans une passoire pour laisser égoutter l'excédent de miel. Saupoudrer les m'kharqa de graines de sésame

LES BATBOT

BATBOT AU FROMAGE ET CACHER



RECETTE DE BASE DE LA PÂTE À BATBOT

INGRÉDIENTS : 500 g de farine . 10 g de levure fraîche . eau tiède . sel

PRÉPARATION DE LA PÂTE : délayer la levure dans 2 cuillers à soupe d'eau tiède. Dans un récipient, tamiser la farine et le sel, ajouter la levure. Ajouter la quantité d'eau nécessaire pour obtenir une pâte homogène et la pétrir jusqu'à ce qu'elle devienne souple et élastique. Recouvrir la pâte d'un linge propre et la laisser lever dans un endroit tiède. Procéder à la préparation des batbot selon la technique expliquée ci-dessous.

Ingrédients :

: 550 g de pâte à batbot • POUR LA FARCE : 200 g de fromage râpé • 200 g de cachemir râpé • 2 c. à soupe de persil haché
• 1 oignon haché • 2 c. à soupe d'huile d'olive • 1/2 c. à café de sel • 1/4 de c. à café de poivre • 1 oeuf • huile de friture • P R É P A R A T I O N

DE LA FARCE : dans une poêle, faire chauffer l'huile, y faire revenir l'oignon jusqu'à ce qu'il devienne translucide. Assaisonner et déposer dans un récipient. Lui ajouter le fromage, le cachemir et le persil, bien mélanger

Préparation :

diviser la pâte à batbot en deux boules et préparer les batbot selon la technique de préparation ci-contre. Faire frire les batbot dans un bain d'huile chaude jusqu'à ce qu'ils deviennent dorés. Les égoutter sur un papier absorbant avant de servir • BON À SAVOIR : les batbot peuvent se cuire également au four

BATBOT-AU-KHLI



Ingredients :

550 g de pâte à batbot • POUR LA FARCE : 3 oignons hachés • 250 g de khlif • 2 c. à soupe d'huile d'olive • 1 oeuf • huile de friture • P R É P A R A T I O N D E L A F A R C E : dans une poêle, faire chauffer l'huile, y faire revenir l'oignon jusqu'à ce qu'il devienne translucide. Ajouter le khlif, coupé en morceaux, et laisser cuire pendant 5 mn. Retirer du feu et réserver

Préparation :

diviser la pâte à batbot en deux boules et préparer les batbot selon la technique de préparation p.35. Faire frire les batbot dans un bain d'huile chaude jusqu'à ce qu'ils deviennent dorés. Les égoutter sur un papier absorbant avant de servir

. BON À SAV O I R : les batbot peuvent se cuire également au four

LES BRIOUATES ET CIGARES

BRIOUATES-AUX-CREVETTES



Ingredients :

Pour les briouates : 250 g de feuilles de pastilla . 10 cl de pâte liquide . huile de friture . Pour la farce : 250 g de crevettes décortiquées . 1 poivron rouge . 2 c. à soupe de persil haché . 2 c. à soupe d'huile de table . 1/2 c. à café de sel . Pour servir : tranches de citron . persil

Préparation :

faire griller le poivron au four ou sur feu de charbon. L'envelopper dans un film alimentaire. Le peler, l'épépiner et le couper en petits morceaux. Dans une poêle, verser la moitié de l'huile, y faire revenir les crevettes avec le sel. Retirer du feu et laisser refroidir à température ambiante. Dans la même poêle avec le restant d'huile, faire revenir le poivron. Hors du feu, mélanger le poivron et les crevettes, ajouter le persil. Plier les briouates selon la technique de pliage p. 39. Répéter l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients. Faire frire les briouates dans un bain d'huile chaude jusqu'à ce qu'elles deviennent dorées. Les égoutter sur du papier absorbant. Présenter les briouates avec des tranches de citron et du persil

CIGARES-AU-POULET



Ingrédients :

500 g de feuilles de pastilla . 10 cl de pâte liquide . huile de friture . Pour la farce : 250 g de blanc de poulet . 100 g de pruneaux . 2 oignons émincés . 2 c. à soupe d'huile de table . 2 c. à soupe de beurre . 1/2 c. à café de sel . 1/2 c. à café de g ingembre . 1 /4 d e c. à c afé d e p oivre . 1/ 4 d e c. à ca fé d e cannelle . Pour le décor : sucre g lace . cannelle.

Préparation :

dans un récipient, faire tremper les pruneaux dans de l'eau chaude pendant 1 h. Les égoutter, les dénoyauter et les couper en petits morceaux. Dans une poêle, déposer la moitié du beurre et de l'huile, y faire revenir les oignons jusqu'à ce qu'ils deviennent dorés. Ajouter les pruneaux et laisser cuire. Découper le blanc de poulet en morceaux. Dans une autre poêle avec le restant d'huile et de beurre, faire cuire les morceaux de poulet avec le sel et le poivre. Dans un récipient, mélanger les pruneaux, les oignons et le poulet. Ajouter le gingembre et la cannelle. Bien remuer. Découper les feuilles de pastilla en larges rubans de taille identique. Déposer une cuillerée de farce en haut de chaque ruban, plier les deux côtés du ruban de feuille sur la farce, rouler le ruban sur la farce et sur lui même, pour obtenir un cigare. Badigeonner l'extrémité du cigare avec de la pâte liquide pour le fermer (voir photos p. 39). Répéter l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients. Faire frire les cigares dans un bain d'huile chaude jusqu'à ce qu'ils deviennent dorés. Les égoutter sur du papier absorbant et les laisser refroidir. Avant de servir, décorer les cigares avec du sucre glace et de la cannelle.

PETITES-PIZZAS-AUX-OEUF



Ingredients :

: 250 g de farine . 1 c. à soupe d'huile d'olive . 1/2 c. à café d'origan moulu . 1 c. à soupe de levure fraîche . 1 pincée de sel . 1/4 de c. à café de poivre . eau . POUR LA SAUCE : 4 tomates . 2 c. à soupe de concentré de tomate . 2 c. à soupe d'huile d'olive . 1/2 c. à café de sel . 1/4 de c. à café de poivre . POUR LE DÉCOR : 12 oeufs de caille . ciboulette

Préparation :

faire fondre la levure fraîche dans de l'eau tiède. Dans un récipient, tamiser la farine avec une pincée de sel. Former un puits, y déposer la levure, l'huile d'olive et les épices. Ajouter la quantité d'eau nécessaire pour obtenir une pâte homogène, la pétrir pour obtenir une pâte souple et lisse. Envelopper la pâte dans un film alimentaire, et la laisser lever dans un endroit tiède. Étaler la pâte sur un plan de travail fariné. Y découper des ronds à l'aide d'un emporte-pièce (10 cm de diamètre). Déposer ces pâtes à pizza sur une plaque tapissée de papier sulfurisé. Les piquer à l'aide d'une fourchette et les faire cuire au four, à 160 °C pendant 10 mn . POUR LA SAUCE : laver, peler et épépiner les tomates. Les couper en petits dés. Dans une poêle, faire chauffer l'huile d'olive, ajouter les tomates en dés, le concentré de tomates et les épices. Laisser cuire sur feu doux jusqu'à réduction de la sauce. Sur chaque pâte à pizza, étaler de la sauce tomate. Au centre de la pizza, casser un oeuf de caille. Répéter l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients. Déposer les petites pizzas sur une plaque tapissée de papier sulfurisé. Faire cuire au four, à 180 °C pendant 10 mn

PETITES-PIZZAS-AUX-POIVRONS



Ingredients :

Pour la pâte à pizza : 250 g de farine . 1 c. à soupe d'huile d'olive . 1 c. à soupe de moutarde . 1 oignon râpé . 1 c. à café de levure fraîche . 1/2 c. à café d'origan moulu . 1/2 c. à café de sel . eau . POUR LA SAUCE : 4 tomates . 2 c. à soupe de concentré de tomate . 2 c. à soupe d'huile d'olive . 1/2 c. à café de sel . 1/4 de c. à café de poivre . POUR LE DÉCOR : 2 poivrons rouges . 2 poivrons verts . 1 c. à soupe d'huile de table . 100 g de fromage râpé . 100 g d'olives noires dénoyautées . 1 c. à café d'origan moulu . sel . poivre

Préparation :

faire fondre la levure fraîche dans de l'eau tiède. Dans un récipient, tamiser la farine avec une pincée de sel. Former un puits, y déposer la levure, l'oignon râpé, la moutarde, l'origan moulu et l'huile d'olive. Assaisonner et ajouter la quantité d'eau nécessaire pour obtenir une pâte homogène, la pétrir pour obtenir une pâte souple et lisse. Envelopper la pâte dans un film alimentaire, et la laisser lever dans un endroit tiède. Étaler la pâte sur un plan de travail fariné. Y découper des ronds à l'aide d'un emporte-pièce (10 cm de diamètre). Déposer ces pâtes à pizza sur une plaque tapissée de papier sulfurisé. Les piquer à l'aide d'une fourchette et les faire cuire au four, à 160°C pendant 10 mn

. POUR LA SAUCE : laver, peler et épépiner les tomates. Les couper en petits dés. Dans une poêle, faire chauffer l'huile d'olive, y mettre à cuire les dés de tomates, le concentré de tomates et les épices, sur feu doux jusqu'à réduction de la sauce. Faire griller les poivrons et les envelopper dans un film alimentaire quelques minutes (pour retirer la peau plus aisément). Peler, épépiner et couper les poivrons en petits dés. Dans une autre poêle, faire chauffer l'huile de table, y ajouter les dés de poivrons et laisser cuire sur feu vif pendant au moins 1 mn. Assaisonner et réserver. Sur chaque pâte à pizza, étaler de la sauce tomate, puis la garnir avec des dés de poivrons, des olives noires et du fromage râpé. Saupoudrer d'origan. Répéter l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients. Déposer les petites pizzas sur une plaque tapissée de papier sulfurisé. Faire cuire au four, à 180°C pendant 10 mn.

LES TAJINES

POULET-MHAMMAR



Ingredients :

1 poulet d'1 kg avec son foie . 1 oignon haché . 2 gousses d'ail hachées . 1 c. à soupe de beurre . 1/2 c. à café de gingembre . 1 c. à café de paprika . 1 c. à café de cumin . 1/4 de c. à café de pistils de safran . 1/2 c. à café de sel . 10 cl d'huile d'olive . 15 cl d'eau . **POUR DORER LE POULET :** 1 c. à soupe de beurre . 2 c. à soupe d'huile de table . **POUR LE DÉCOR :** amandes mondées et frites

Préparation :

Bien laver le poulet, le découper en morceaux et réserver. Ecraser le foie de poulet et réserver. Dans un récipient, bien mélanger les épices avec l'huile d'olive. Tremper les morceaux de poulet dans ce mélange. Recouvrir d'un film alimentaire et réserver au réfrigérateur pendant une heure. Dans une marmite, faire fondre le beurre, y faire revenir l'ail et l'oignon jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides. Ajouter les morceaux de poulet et leur marinade. Verser l'eau et laisser cuire sur feu doux. Retirer les morceaux de poulet de la marmite et réserver. Déposer le foie écrasé dans la sauce. Laisser cuire tout en remuant. Dans une poêle sur feu doux, faire dorer les morceaux de poulet dans l'huile et le beurre. Sur un plat de service, disposer les morceaux de poulet. Arroser de la sauce au foie et décorer avec les amandes

FOIES-DE-POULET-M'CHERMLINE



Ingredients :

500 g de foies de poulet . 1 feuille de laurier . 10 cl de vinaigre . 1 l d'eau . POUR LA CHERMOULA : 3 gousses d'ail hachées . 1 petit bouquet de persil et de coriandre hachés . 1 c. à soupe de paprika . 1 c. à café de cumin . 1/2 c. à café de sel . 1 c. à café de piment fort . jus d'1/2 citron . 10 cl d'huile d'olive . POUR LE DÉCOR : 50 g d'olives rouges . 1/2 écorce de citron confit coupée en lamelles.

Préparation :

dans une marmite, faire bouillir l'eau avec la feuille de laurier. Ajouter le vinaigre et les foies de poulet. Laisser cuire 5 mn. Egoutter les foies et les réserver. Dans un récipient, mélanger l'ail avec le persil et la coriandre, les épices et le jus de citron pour obtenir une chermoula. Faire mariner les foies dans la chermoula et réserver au réfrigérateur pendant 30 mn. Dans un tajine posé sur feu de charbon, verser l'huile d'olive, y déposer les foies, les arroser du jus de leur marinade. Laisser cuire à couvert jusqu'à réduction de la sauce. Avant de servir, décorer les foies de poulet m'chermel avec les olives et les lamelles d'écorce de citron confit.

CAKE AUX CAROTTES ET AUX AMANDES



Ingrédients :

5 oeufs . 140 g de sucre semoule . 250 g de carottes râpées finement . 160 g de poudre d'amandes . 100 g de féculé . 2 c. à soupe de jus d'orange . 2 c. à soupe d'eau de fleurs d'oranger . zeste râpé d'1 orange . 1/2 c. à café de cannelle moulue . 1/4 de c. à café de mastic (gomme arabique) . 1 c. à café de levure chimique . 1 pincée de sel
. POUR LE DÉCOR : 50 g d'amandes effilées . 3 c. à soupe de sucre glace

Préparation :

séparer les jaunes des blancs d'oeufs. Dans un récipient, battre les jaunes avec le sucre à l'aide d'un batteur électrique jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Lui ajouter l'eau de fleurs d'oranger, le jus et le zeste d'orange. Incorporer les carottes râpées, la poudre d'amandes, les épices, la féculé et la levure. Bien mélanger le tout. Dans un récipient, avec le batteur électrique, monter les blancs en neige, les incorporer à la pâte délicatement, en remuant avec une cuillère en bois, de bas en haut pour obtenir une pâte homogène et légère. Verser la pâte dans un moule rectangulaire (de 35 cm x 25 cm) chemisé de papier sulfurisé. Disposer sur la pâte les amandes effilées. Faire cuire le cake dans un four chauffé à 180°C pendant 30 mn. Démouler le cake et le laisser refroidir sur une grille. Le saupoudrer de sucre glace et le découper en carrés avant de le servir.

CAKE-AUX-FIGUES



Ingrédients :

1 pot de yaourt nature . 2 pots de sucre semoule . 2 pots de farine . 1 pot de poudre d'amandes . 75 g de beurre fondu . 3 oeufs . 1 sachet de sucre vanillé . 1 sachet de levure chimique . 1 pincée de sel . 1 c. à café de cannelle . 500 g de figues.

Préparation :

: tapisser un cadre carré (20 x 20 cm) de papier sulfurisé et le déposer sur une plaque. Tamiser la farine avec la poudre d'amandes, la levure, le sel et la cannelle. Dans un grand bol, battre les oeufs avec le sucre semoule et le sucre vanillé jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajouter le yaourt nature et le mélange farine/poudre d'amandes. Ajouter le beurre fondu en remuant pour obtenir une pâte homogène. Verser la pâte dans le moule et la garnir avec les figues coupées en quatre, enfourner pendant 40 mn à 180°C. Sortir le cake du four, le laisser reposer 10 mn avant de le démouler. Laisser refroidir le cake sur une grille avant de le trancher . BON À SAVOIR : on utilise le pot de yaourt vide pour mesurer certains ingrédients

LES R'GHAIFS & LES FEUILLETÉS

R'GHAIFS À LA VIANDE HACHÉE ET AUX OIGNONS



Ingredients :

550 g de pâte à r'ghaifs . POUR LE FEUILLETAGE : 10 cl d'huile . 100 g de beurre fondu . POUR LA FARCE : 300 g de viande hachée . 4 oignons émincés . 4 c. à soupe d'huile . 2 c. à soupe de persil et de coriandre hachés . 1/2 c. à café de paprika . 1 c. à café de sel . 1/2 c. à café de poivre . POUR LE DÉCOR : 1 oeuf battu . PRÉPARATION DE LA FARCE : dans une poêle, faire chauffer l'huile, y faire revenir l'oignon jusqu'à ce qu'il devienne translucide. Ajouter la viande hachée, les épices, laisser cuire pendant 10 mn en remuant de temps à autre. Retirer le mélange du feu et ajouter le persil et la coriandre. Réserver.

Préparation :

mélanger l'huile et le beurre du feuilletage. Diviser la pâte en 4 boules de taille identique. Les badigeonner du mélange huile/beurre. Sur le plan de travail, étaler avec le rouleau à pâtisserie chaque boule de pâte en une abaisse fine de 3 mm d'épaisseur. Découper chaque abaisse en carrés de 15 cm de côté. Badigeonner chaque carré de pâte avec le mélange huile/beurre et déposer au milieu de cette rghifa (crêpe), 1 c. à soupe de farce. Rabattre les côtés de la crêpe pour enfermer la farce. Aplatir légèrement la crêpe et la déposer sur une plaque tapissée de papier sulfurisé. Répéter l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients. Badigeonner les r'ghaifs d'oeuf battu et les faire cuire au four, à température moyenne, jusqu'à ce qu'elles deviennent dorées.

FEUILLETÉS À LA VIANDE HACHÉE



Ingredients :

500 g de pâte feuilletée . 250 g de viande hachée . 1 oignon haché . 1/2 c. à café de gingembre . 1/4 de c. à café de poivre . 1/4 de c. à café de cannelle . 1/4 de c. à café de noix de muscade moulue . 1/4 de c. à café de mastic (gomme arabique) . 1/2 c. à café de sel . 100 g d'amandes mondées, frites et moulues . 50 g de raisins secs . 5 cl d'huile de table . POUR LE DÉCOR : 1 oeuf . graines de lin.

Préparation :

Dans une poêle, faire chauffer l'huile, y faire revenir l'oignon jusqu'à ce qu'il devienne doré. Ajouter la viande hachée en l'émiettant et les épices. Laisser cuire. Tremper les raisins secs dans un peu d'eau pendant 10 mn puis les égoutter. Mélanger la préparation de viande hachée avec les raisins secs et les amandes. Sur le plan de travail, étaler la pâte. La découper en rectangles de 8 cm de longueur sur 5 cm de largeur. Au centre de chaque rectangle, déposer un peu de farce et badigeonner les bords avec de l'oeuf battu. Recouvrir la farce d'un second rectangle de pâte . Pour bien fermer, appuyer sur les contours du rectangle avec le pouce. Avec la pointe d'un couteau, dessiner des motifs sur la pâte . Répéter l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients. Déposer les feulletés sur une plaque tapissée de papier sulfurisé. Les badigeonner d'oeuf et les saupoudrer de graines de lin. Faire cuire au four, à température moyenne jusqu'à ce que les feulletés deviennent dorés.

BAKBOUKA



Ingrédients :

Tripes et abats d'un mouton (crépine, foie, coeur et poumons.).
200 g de pois chiches trempés depuis la veille.
50 g de riz.
2 oignons hachés.
5 gousses d'ail hachées.
1 bouquet de persil et de coriandre hachés.
1 c. à café de cumin.
1 c. à café de paprika.
1 c. à café de curcuma.
1/2 c. à café de poivre.
1 c. à café de sel.
2 tomates râpées.
5 cl d'huile d'olive.
1 l d'eau

Préparation :

Tremper la panse de mouton dans de l'eau chaude, la gratter au couteau jusqu'à ce qu'elle devienne blanche, puis la rincer avec de l'eau froide. Découper la panse en carrés et les chutes en petits morceaux. Faire blanchir le foie, le coeur, les poumons et les boyaux dans l'eau bouillante salée pendant 2 min. Les égoutter et les découper en petits morceaux. Dans un bol, mélanger les épices avec l'ail, l'oignon et les herbes pour préparer une chermoula. Dans un autre bol, déposer la moitié des morceaux de coeur, de foie, de boyaux et des poumons, y ajouter le riz, la moitié des pois chiches et de la chermoula puis mélanger. Déposer un peu de farce au milieu de chaque carré de panse, replier les bords et coudre soigneusement (sous forme de pochette) pour éviter que la garniture ne s'échappe pendant la cuisson. Dans une marmite sur feu vif, déposer le reste de la chermoula et des pois chiches, les tomates râpées, l'huile et l'eau. A ébullition, ajouter les carrés de panse farcis et le reste des abats, baisser le feu et laisser cuire jusqu'à ce que la sauce devienne onctueuse et les abats et les pois chiches tendres. Servir le plat chaud accompagné de thé

BON À SAVOIR : on peut déguster la bakbouka froide et découpée comme de la charcuterie

BRIOUATES AUX AMANDES ET PISTACHES



Ingrédients :

Pour les briouates :

250 g de feuilles de pastilla.
10 cl de pâte liquide.
20 cl de beurre clarifié fondu.

Pour la farce :

350 g d'amandes mondées et grillées.
1 c. à soupe d'eau de fleurs d'oranger.
1 c. à soupe de beurre.
1/4 de c. à café de sel.

Pour décorer :

50 g de pistaches décortiquées.
15 cl de sirop parfumé à l'eau de fleurs d'oranger*

Préparation :

Hacher la moitié des amandes finement pour obtenir une pâte d'amandes lisse. Concasser le reste des amandes grossièrement. Dans un bol, mélanger les deux préparations d'amandes, le beurre, l'eau de fleurs d'oranger et le sel jusqu'à obtention d'une préparation homogène. Découper les feuilles de pastilla en longs rubans de taille identique. Déposer une petite boulette de pâte d'amandes en haut de chaque ruban puis le plier une fois à gauche, une fois à droite pour obtenir une briouate de forme triangulaire. Badigeonner l'extrémité de la briouate avec de la pâte liquide pour la fermer. Déposer la briouate sur une plaque tapissée de papier sulfurisé. Répéter l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients. Badigeonner généreusement les briouates de beurre fondu et les faire dorer au four à température moyenne. Hacher finement les pistaches et chauffer le sirop à l'eau de fleurs d'oranger. À leur sortie du four, tremper les briouates dans le sirop puis les passer dans les pistaches hachées pour les enrober. Déposer les briouates aux amandes et aux pistaches dans des caissettes en papier.

* Le sirop parfumé à l'eau de fleurs d'oranger (ou à l'eau de rose) est appelé qat'r. Il est très utilisé dans la pâtisserie au Moyen-Orient. Pour le préparer, voir la recette de la knaffa.

KNAFFA



Ingrédients :

Pour la pâte :

250 g de pâte chaâria (pâte knafa).
120 g de beurre clarifié fondu.

Pour la farce :

120 g de ricotta (fromage).
5 cl de lait.

Pour le qat'r (sirop) :

2 verres* d'eau.
4 verres de sucre.
1/2 verre d'eau de rose.

Préparation :

Travailler délicatement la pâte chaâria du bout des doigts en la séparant à l'aide du beurre fondu. Dans une poêle, faire fondre la ricotta sur feu très doux et lui incorporer le lait. Dans un moule rond beurré, déposer la moitié de la chaâria en l'aplatissant avec la paume de la main puis verser par dessus le fromage fondu. Recouvrir avec le restant de chaâria et tasser avec la paume de la main afin d'évacuer l'air. Faire cuire la knaffa au four à température moyenne jusqu'à ce qu'elle devienne dorée. Dans une casserole sur feu doux, déposer l'eau, le sucre et l'eau de rose. Laisser cuire jusqu'à obtention d'un sirop léger. Le laisser refroidir complètement. À sa sortie du four, arroser la knaffa de qat'r froid selon le goût.

BON À SAVOIR : El Knaffa est l'incontournable dessert de la pâtisserie de fête du Moyen-Orient. On peut substituer le fromage par des fruits secs, des amandes mondées, grillées et concassées, des pistaches ou des noisettes

KOURDAS



Ingrédients :

4 morceaux rectangulaires de panse de mouton.
4 morceaux rectangulaires de crépine de mouton.
250 g de foie coupé en lanières.
250 g de coeur coupé en lanières.
1 morceau de poumons coupé en lanières.
200 g de boyaux coupés en morceaux.
1 c. à café de sel.
1 c. à soupe de cumin.

Préparation :

Faire tremper les morceaux de panse de mouton dans de l'eau bouillante puis les racler énergiquement au couteau jusqu'à ce qu'ils deviennent blancs. Les rincer et les étaler (côté lisse contre le plan de travail), déposer un rectangle de crépine sur chaque morceau de panse. Garnir les rectangles de panse avec les lanières de coeur, de foie, de boyaux et de poumons en les alternant. Les saupoudrer de sel et de cumin, replier et coudre les bords des rectangles pour obtenir des boudins farcis. Faire cuire les boudins à la vapeur pendant 30 min, puis les faire griller au four jusqu'à ce qu'ils deviennent dorés. Servir les kourdas chauds coupés en tranches, accompagnés de sel et de cumin.

BON À SAVOIR : ce kourdas est servi sur un pain «Khoubz M'zaouaq» de Salé, qui est préparé pendant les fêtes religieuses (Ramadan et Aïd El Kébir) et les cérémonies familiales (mariages, baptêmes...).

POULET À LA CITROUILLE ET À L'HUILE D'ARGAN



Ingrédients :

8 pilons de poulet.
1 oignon émincé.
1 c. à soupe d'huile de table.
10 cl d'eau.
2 bonnes pincées de pistils de safran.
2 pincées de gingembre.
1/2 c. à café de sel.
1 pincée de macis.
500 g de citrouille.
8 cl d'huile d'argan

Préparation :

Dans une marmite ou un tajine sur feu doux, faire revenir l'oignon émincé et les pilons de poulet dans l'huile de table pendant 10 minutes. Diluer les épices dans l'eau et en arroser les pilons, 5 minutes après l'ébullition, ajouter la citrouille coupée en gros cubes, couvrir et laisser cuire. Au terme de la cuisson, arroser d'huile d'argan et servir aussitôt.

BISSARA PUREE DE FEVES



Ingrédients :

400 g de fèves trempées la veille.
1 c. à soupe de cumin.
1 c. à café de sel.
1 c. à café de paprika.
6 gousses d'ail.
10 cl d'huile d'olive.
2 l d'eau.

Pour servir :

Huile d'olive.
Paprika.
Cumin.

Préparation :

Dans une marmite, placer les fèves, les épices, l'ail et l'eau chaude. Couvrir et laisser cuire sur feu doux pendant au moins 3 h. Remuer et écraser les fèves de temps à autre avec une louche en bois pour obtenir une purée. Ajouter l'huile d'olive et assaisonner. Servir la bissara bien chaude accompagnée d'huile d'olive, de paprika et de cumin.

BON À SAVOIR : dans les régions montagneuses du nord du Maroc, la bissara cuit toute la nuit, pour être consommée au petit déjeuner, accompagnée d'huile d'olive, d'un verre de thé et de pain d'orge.

GATEAU DE CREPES



Ingrédients :

Pour les crêpes :

250 g de farine.
60 cl de lait.
25 g de sucre.
4 oeufs.
50 g de beurre fondu.
1/4 de c. à café de sel.
1 pincée de noix de muscade.
1/2 c. à café de cannelle

Pour la garniture :

250 g de confiture au choix.
4 jaunes d'oeufs.
25 cl de crème fraîche.
20 g de sucre semoule.
1/2 c. à café de cannelle.
1 pincée de noix de muscade.

Pour servir :

Amandes effilées grillées

Préparation :

Dans un mixeur, déposer les oeufs, le lait, le sucre, les épices et la farine. Mixer les ingrédients pour obtenir une pâte liquide homogène. Verser la pâte obtenue dans un bol, lui incorporer le beurre fondu en mélangeant avec une spatule en bois. Couvrir la pâte avec un film alimentaire et la réserver au frais pendant 30 minutes. Cuire les crêpes dans une poêle antiadhésive et les tartiner de confiture. Mélanger tous les ingrédients de la crème pour obtenir une préparation homogène. Tapisser un moule à manqué de papier sulfurisé (du même diamètre que les crêpes) et y empiler les crêpes enduites de confiture. Verser la crème sur les crêpes et faire cuire dans un four préchauffé à 180°C pendant 25 à 30 minutes. Laisser tiédir le gâteau avant de le démouler. Au moment de servir, garnir le gâteau d'amandes effilées grillées

JAMBALAYA A LA DINDE



Ingrédients :

400 g de blanc de dinde.
250 g de riz.
5 cl d'huile d'olive.
1/2 poivron rouge.
1/2 poivron jaune.
150 g de carottes.
250 g de haricots verts.
1 oignon haché.
1 petit bouquet de persil et de coriandre.
1 feuille de laurier.
1 pincée de safran.
1/2 c. à café de sel.
75 cl d'eau ou de bouillon de légumes.

POUR SERVIR :

Tranches de citrons.

Préparation :

Couper les poivrons en dés. Gratter les carottes et les couper en dés. Couper les haricots en tronçons réguliers. Dans une poêle sur feu doux, faire revenir l'oignon, les poivrons et le blanc de dinde coupé en dés dans l'huile d'olive pendant 5 minutes. Ajouter le riz en remuant pendant 2 minutes puis mouiller avec l'eau ou le bouillon. A ébullition ajouter les épices, le bouquet d'herbes et le laurier. Retirer la poêle du feu, la couvrir avec une feuille de papier aluminium et la mettre au four préchauffé à 170°C pendant 15 à 20 minutes. Retirer le bouquet d'herbes. Servir le plat chaud accompagné de tranches de citron.

TARTES AU CITRON



Ingrédients :

POUR LA PÂTE :

250 g de farine.
120 g de beurre.
50 g de sucre semoule.
2 jaunes d'oeuf.
1 c. à soupe de jus de citron.
1 sachet de sucre vanillé.
1 pincée de levure chimique.
1 pincée de sel.
1 c. à café de zeste de citron râpé.

Pour la crème :

250 g de beurre.
240 g de sucre semoule.
20 cl de jus de citron.
2 oeufs entiers.
2 jaunes d'oeufs.

Pour décorer :

3 c. à soupe de nappage.
Zeste de citron.

Préparation :

Travailler la farine avec le beurre du bout des doigts afin d'obtenir un mélange sableux. Ajouter le sucre semoule, le sel, le sucre vanillé et la levure chimique. Incorporer les jaunes d'oeuf et le jus de citron pour obtenir une pâte homogène et lisse. Envelopper la pâte d'un film alimentaire et la réserver au réfrigérateur pendant 15 minutes. Dans une casserole, faire chauffer le beurre, déposer la moitié du sucre et le jus de citron. Dans un récipient, battre les jaunes d'oeuf, les 2 oeufs avec le reste du sucre semoule jusqu'à ce que le mélange blanchisse. A ébullition de la préparation, la verser tout en remuant le mélange oeuf/sucre puis remettre le tout dans une casserole sur feu doux. Laisser cuire sans cesser de remuer jusqu'à épaississement de la crème, la transvaser dans un récipient et la laisser tiédir. Sortir la pâte du réfrigérateur, l'étaler dans des moules individuels (8 cm de diamètre) et la piquer à l'aide d'une fourchette. Faire cuire les fonds de tartes au four à 180°C pendant 15 minutes. A leur sortie du four, les laisser tiédir. Puis, les remplir exagérément de crème au citron afin d'obtenir des tartes bombées. Enduire les tartes de nappage à l'aide d'une cuillère à soupe tiède et les décorer avec le zeste de citron. Servir aussitôt.

QADRA AUX AMANDES ET AU RIZ



Ingrédients :

1 kg de viande d'agneau coupée dans l'épaule ou le gigot.
2 oignons émincés.
200 g de petits oignons.
5 cl d'huile de table.
10 cl de beurre fondu.
1 c. à café de beurre rance.
1 petit bouquet de persil.
1 c. à café de sel.
1 c. à café de poivre.
1/4 de c. à café de pistils de safran.
300 g d'amandes émondées et trempées dans 75 cl d'eau depuis la veille.
200 g de riz trié et lavé.

Pour servir :

Jus d'un citron (facultatif).

Préparation :

Dans une marmite sur feu doux, déposer les oignons émincés, les petits oignons, la viande, l'huile, le beurre, le beurre rance, les amandes avec leur eau de trempage, le bouquet de persil et les épices. Couvrir et laisser cuire. Enfermer le riz dans un morceau de mousseline en laissant suffisamment d'espace pour qu'il gonfle. 15 minutes après ébullition, mettre le riz à cuire dans la sauce. Au terme de la cuisson, dresser la viande dans un plat de service garnie d'amandes et de petits oignons, accompagnée de riz. Bon à savoir : avant de servir vous pouvez arroser la Quadra de jus de citron.