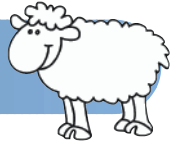
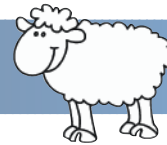
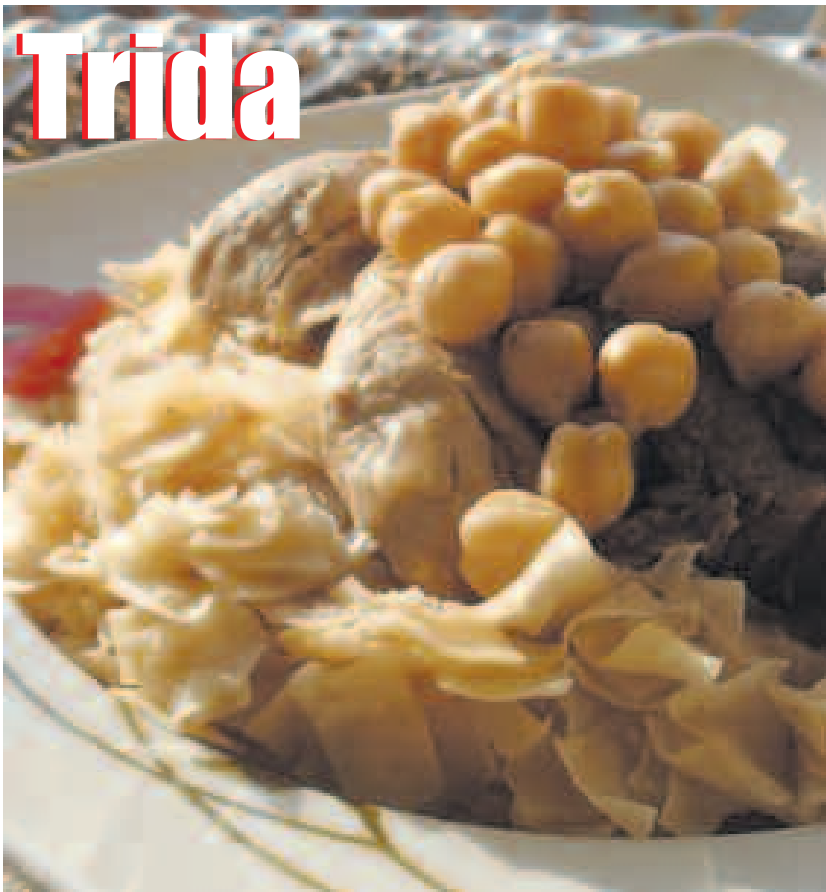


Saha idkoum



Trida



Préparation :

Ce plat se prépare dans un couscoussier.
Dans le bas du couscoussier, faire revenir les oignons hachés avec la viande coupée en

morceaux, pois chiches, 2 c. à soupe, sel et poivre.
Mouiller les pâtes après les avoir arrosées avec un filet d'huile, mettre dans la passoire (le haut du couscoussier).

700 g de trida
(petites pâtes carrées
préparées à la main)

- 2 oignons
-150 g de pois chiches
trempés la veille avec 1 c. à
café de bicarbonate de soude
-1 kg de viande d'agneau
- 4 œufs,
- 50 g de beurre, de l'huile,
sel et poivre

Placer la passoire couverte au-dessus de la marmite et laisser cuire 30 à 40 mn.
Veiller à retourner les pâtes de temps en temps.
Retirer la passoire, arroser les pâtes d'un verre de jus de cuisson et d'un peu d'huile.
Prendre soin de bien détacher les pâtes sans les réduire en miettes.
. Mettre les pâtes dans la passoire du couscoussier pour finir leur cuisson.
Au bout de 30 mn, retirer les pâtes, beurrer-les.
Rectifier l'assaisonnement et arrosez-les d'autant de bouillon qu'elles peuvent absorber.
Verser les pâtes dans un grand plat creux (exemple : un plat à couscous).
Décorer avec les œufs cuits durs coupés en deux. Servir chaud avec la viande et les pois chiche.

Kaâk nakache



Pour la pâte

1 kg de farine, 200 g de sucre dilué dans 1 verre
d'eau de fleurs d'oranger et 1 sachet de sucre
vanillé, 500 g de beurre fondu ou moitié beurre et
huile, une pincée de sel

Bien sabler la farine avec la matière grasse fondue. Laissez reposer, 15 mn environ. Ensuite aspergez du mélange eau de fleurs-sucre tout doucement en mélangeant du bout des doigts en évitant de pétrir. Vous obtenez une pâte homogène et molle. Partagez en petite boules et laissez reposer le temps de préparer la farce.

Pour la pâte de dattes

250 g de dattes, du beurre ou huile, cannelle

Faire de très fins boudins d'une longueur de 10 cm environ. Les disposer sur un plateau. Prendre une boule de pâte et l'étaler en rectangle assez fin de 10 cm x 6 cm. Déposez à 1 mm du bord inférieur un boudin de dattes. Relevez la pâte sur la datte et faire rouler jusqu'à l'autre bord en découpant à la roulette pour un trait net. Soudez bien les deux extrémités pour avoir un cercle. Pincez et déposez-le sur un plateau et continuer jusqu'à épuisement de la pâte et des dattes. Vous pouvez également faire des boudins que vous découpez en rectangle. Le travail à la pince. Avec la pince à nakache, pincez délicatement car la pâte est très friable et de façon très régulière le gâteau sur toute sa surface. Préchauffez le four th. 165° et mettre à cuire. Retirez les gâteaux quand ils sont halés et non dorés. Laissez refroidir avant de les conserver.

NB : Lorsque vous pincez, prenez très peu de pâte. Les petits trous correspondent aux dents de la pince et entre les trous, c'est la pâte qu'on serre avec la pince.

Tête de mouton au four (Barak a'nou)

1 tête de mouton bien lavée, 1 c. à soupe de cumin, 3 gousses d'ail, 1 citron, persil, 500 g de pommes de terre (petites et rondes), noix de beurre, poivre noir, sel

Coupez la tête d'agneau en deux, dans le sens de la longueur.

Préparer la darsa : Ecraser l'ail, le sel, le poivre et le

cumin dans un pilon. Bien frotter la darsa sur les deux morceaux de la tête du mouton.

Mettre dans un plat, le recouvrir de persil et une noix de beurre. Recouvrir le plat de papier aluminium et mettre au four.

Cuire pendant 2 heures ou plus. Servir chaud avec du citron et des pommes de terre au four.

Mhancha aux amandes

Pour la pâte : feuilles de brick

Pour la farce : 2 verres d'amandes finement moulues, 2 c. à soupe de sucre cristallisé
1 c. à café de vanille, 1 c. à soupe de margarine fondue, eau de fleurs d'oranger

Pour le sirop (cherbet) : 3 mesures de miel
1 mesure d'eau de rose

Préparation :

Sur un plan de travail, ouvrir toutes les feuilles de diouls, puis les séparer en les décalant légèrement. Mettre un boudin de farce de 3 cm de diamètre et d'une longueur égale à toutes les feuilles de diouls étalées.

Rouler ensuite les diouls autour de la farce, puis enrouler la m'hancha en spirale et la disposer dans une poêle bien beurrée, Quand le fond est bien cuit,



recouvrir avec un couvercle, puis retourner sur la poêle pour faire cuire l'autre côté. Arroser avec du sirop et présenter dans une assiette saupoudrée de pistaches concassées.



Foie de mouton, de la crépine (choisir les parties les plus fines), sel, poivre, cumin et paprika

Malfouf de foie de mouton

■ Bien laver et laisser égoutter le foie.

■ Rincer la crépine et la faire sécher en la tendant de préférence à la manière d'un linge.

■ Mettre le foie à cuire à feu doux sur les deux côtés environ 10 min.

■ Le couper en morceaux puis les ouvrir dans le sens de la largeur et les remettre sur le feu. Dès qu'ils sont presque complètement cuits, les découper

en dés réguliers, les mettre dans un saladier et les assaisonner.

■ Couper la crépine sèche en bandelettes de la même largeur que les dés de foie et les assaisonner de la même façon.

■ Enrouler chaque morceau de foie dans la crépine et remplir les brochettes avec.

■ Faire cuire à feu doux en veillant à ce que la crépine ne brûle pas.

Épaule d'agneau vapeur au cumin et à la coriandre

Une belle épaule d'agneau bien maigre, 3 bulbes de fenouils, 3 courgettes, 3 belles carottes, 1 oignon, quelques gousses d'ail en chemise, cumin en grain et en poudre, coriandre en grains, sel et poivre, huile d'olive

Préparation :

Frotter l'épaule avec un peu d'huile d'olive. Ajouter les épices largement sur toute la surface de la viande. Laisser reposer trois heures.
Placer les légumes, puis l'épaule dans un faitout à vapeur, saler. Mettre l'oignon dans l'eau de la cuisson



(en bas). Cuire 30 min. Ajouter sel, poivre et épices. Faire cuire le tout une bonne heure et demie à couvert en vérifiant que l'eau ne s'évapore pas trop.