Le magazine de la femme

Page animée par Hayet Ben

Hrira oranaise

Viande d'agneau en morceaux, 1 c. à c. de cumin, 1 c. à c. de graines de fenouil, 1 c. à c. de poivre noir, 1 c. à c. rase de ras-el-hanout, 1 c. à c. de hrissa, 1 navet, 3 tomates, 1 pomme de terre, 2 courgettes, 4 carottes, 4 gousses d'ail, 2 oignons, sel.

Mettre la viande coupée en petits morceaux dans une marmite avec de l'huile. Faire revenir, ajouter la pomme de terre, courgettes, carottes, tomates, navet, ail, oignons coupés en petits morceaux, ajouter sel et poivre. Couvrir d'eau, laisser cuire. Une fois cuite, retirer la viande et mixer. Préparez dans 1 bol 4 c. à s. de farine, cumin, curcuma, poivre noir, ras-el-hanout, anis, cannelle et les verser dans le fait-tout plus les graines de fenouil et mélanger énergiquement cette mixture au reste. Temps de cuisson 60 mn à petit feu.

LES SAUCES

Ce qu'il faut connaître

Sauce aurore
Cette sauce délicieuse se fait en mélangeant une quantité de sauce béchamel et une quantité de sauce tomate de manière à obtenir une sauce d'une belle couleur rosée.

Sauce batarde
- Faire fondre 30 g de beurre.
- Ajouter 30 g de farine.
- Mouiller avec deux décilitres d'eau froide, sel et poivre.
- Joindre un jaune d'œuf ou deux et remuer énergiquement au fouet sur feu jusqu'à ébullition (retirer au premier bouillon).

Sauce béarnaise
- Dans une casserole, verser deux cuillères de vinaigre.
- Un oignon haché (petit).
- Herbes, sel, poivre.
- Porter sur le feu jusqu'à réduction du mélange d'environ une cuillère à café.
- Passer ce mélange.
- Ajouter deux jaunes d'œuf.
- Verser le mélange dans une petite casserole.
- Mettre au bain-marie à feu doux et remuer jusqu'à obtention d'une sauce crémeuse.
- A ce moment ajouter par petites quantités 150 g de beurre.
- Retirer du feu et continuer à remuer au fouet.

Cigares aux amandes

300 g d'amande, 1 c. à c. de cannelle, 50 g de beurre, 120 g de sucre, 2 c. à s. d'eau de fleur d'oranger, miel

Ebouillantez les amandes et mondez-les, mixez-les avec le sucre, puis ajouter la cannelle, l'eau de fleur d'oranger, le beurre et bien mélanger jusqu'à obtenir une pâte d'amande homogène.
Façonner des boudins.
Disposer un boudin de la pâte sur la feuille de brick au milieu.
Replier les 2 angles et rouler très serré de bas en haut.
Faire cuire les cigares au four, et plongez-les dans le miel.
Présenter dans des caissettes.

Photos : DR

Ojja aux boulettes

100 g de piments doux verts, 150 g de tomates, 4 œufs, 2 gousses d'ail, 1 cuillère à café de carvi, 25 g de concentré de tomates, 5 cl d'huile d'olive, sel, poivre.
<u>Ingrédients farce des boulettes</u> : 150 g de viande de bœuf hachée, 1 oignon, 1 cuillère à café de carvi, 25 g de persil, 5 g de menthe séchée, 1 cuillère à café de harissa, sel, poivre.

Dans un récipient, préparez la farce des boulettes en mettant, la viande de bœuf hachée, l'oignon ciselé, le persil haché, le carvi, la menthe séchée, la harissa, le sel et le poivre puis mélanger afin d'obtenir une farce. Prenez un peu de farce dans les mains et roulez-la afin de confectionner de petites boulettes. Dans un faitout, faites revenir 5 cl d'huile d'olive puis mettre le concentré de tomates. Délayez et ajoutez les gousses d'ail écrasées et les tomates coupées en petits dés, le sel et le poivre, puis le carvi et mélangez. Faites revenir environ 5 minutes. Ajouter de l'eau chaude à la préparation et continuer la cuisson environ 20 minutes. Ajoutez les piments verts, épépinés et coupés en petits dés et laissez cuire environ 10 minutes. Puis incorporer délicatement les boulettes et poursuivre la cuisson environ 7 minutes. Dans un saladier, cassez les 4 œufs et les disposer délicatement dans la préparation. Dès que les blancs coagulent, dressez l'ojja aux boulettes dans un plat de service avec du persil haché.

Bricks au foie de volaille

300 g de foie de volaille, 1 douzaine de feuilles de bricks, 50 g de fromage, 1/2 botte de persil, 3 œufs, beurre, poivre noir, sel.

Escalopez les foies de volaille, salez légèrement, poivrez, faites cuire vivement au beurre chaud, retirez-les, gardez au chaud. Préparez des œufs brouillés très mous, mélangez-les aux foies, ajoutez le poivre noir, le fromage et 1 cuillère à soupe de persil haché. Confectionnez les bricks, faire frire et servez avec du citron.

Sirop de citron

800 g de sucre, 1 litre d'eau, 1 kg de citron (6 à 8 citrons selon le calibre), zestes des citrons

Laver et essuyer les citrons, récupérer les zestes des citrons. Presser les citrons, passez le jus à travers une passoire. Dans une casserole, mélanger à froid le sucre et l'eau. Porter sur feu vif, attendre l'ébullition, réduire le feu et poursuivre la cuisson du sirop à frémissement jusqu'à atteindre le sucre cuit au filet (assez épais). Une fois le sirop cuit, éteindre le feu, mettre les zestes de citrons dans la casserole contenant le sirop et laisser infuser quelques minutes. Dans un grand récipient, verser d'abord le jus de citron filtré, verser doucement par-dessus le sirop cuit filtré à travers une passoire (pour en ôter les zestes), mélanger et laisser refroidir et mettre en bouteille.

Mini-quiches au thon et champignons

2 œufs, 100 g de farine, 300 ml de lait, 1 boîte de thon au naturel égoutté, 1 boîte de champignons, olives vertes dénoyautées et découpées en petites rondelles, 1 oignon émincé, 1 poivron vert coupé en petits dés (facultatif), sel et poivre, fromage râpé, crème fraîche (facultatif)

Dans une poêle, faire revenir l'oignon émincé, les champignons, le poivron, sel et poivre, puis éteindre le feu et ajouter le thon, mélanger, et la garniture est prête !
Dans un saladier, battre les œufs avec un fouet et ajouter le sel, le poivre (juste un peu). Ensuite rajouter la farine et bien mélanger le tout. Verser le lait et bien mélanger à nouveau. Vérifier l'assaisonnement, s'il manque du sel ou même du poivre, il ne faut pas hésiter à en rajouter. Verser le mélange dans des moules en silicone, repartissez la garniture, parsemer les olives dessus, disposer le gruyère et quelques cuillères de crème fraîche si vous voulez. Enfourner à four chaud th 5 (180) pour 30-40 min en surveillant la cuisson. A la sortie du fourn ils sont bien gonflés, après il se dégonflent un petit peu en refroidissant.

TAJINE EL DJBEN

1 blanc de poulet, 1 oignon, 5 œufs, 1 verre de lait, 2 c. à s. d'huile, beurre (pour beurrer le plat), 1 verre de chapelure, 1/2 paquet de levure chimique, 200 g de fromage blanc, 1 verre de fromage râpé, 1/2 c. à c. de poivre noir, 1/2 c. à c. de cannelle, sel

Dans une marmite, faites revenir l'oignon râpé, l'huile, le poivre noir, le sel et la cannelle avec le blanc de poulet. Ajoutez 1/2 litre d'eau, et laissez bien cuire le poulet jusqu'à ce que la peau se détache de la chair. Jetez cette dernière et émiettez le blanc de poulet et gardez un verre environ de jus de cuisson. Dans une soupière, mélangez le jus de cuisson, le poulet émietté, les 5 œufs, le verre de lait, le verre de chapelure, la levure et le fromage blanc coupé en dés. Bien mélanger le tout. Beurrez un plat allant au four, et remplissez-le avec la préparation. Saupoudrez la surface avec le fromage râpé et faites cuire à four moyen pendant 1 heure.