Photos : DR

Tajine bournaz

500 g de viande de mouton coupée en très petits morceaux, 1 c. à c. de harissa, 1 pincée de poivre noir, 2 c. à c. de poivre rouge doux, 2 bouquets de persil, 3 c. à s. d'huile, 2 oignons, 500 g de tomates fraîches, 3 grosses pommes de terre, 3 courgettes, 1 tasse à thé de mie de pain, 2 œufs, 3 poivrons verts, sel

Faites macérer la viande avec la harissa, le poivre noir, le poivre rouge, le persil haché et le sel. Préparez la sauce en faisant revenir cette viande dans 2 cuillerées d'huile avec les oignons émincés et les condiments. Ajoutez les tomates épluchées et épépinées et une tasse d'eau et laissez cuire sur feu doux. Hachez le reste de la viande avec un gros bouquet de persil, assaisonnez et faites revenir doucement dans un peu d'huile. Epluchez et évidez les pommes de terre et les courgettes. Ajoutez la pulpe de ces légumes à la viande hachée avec une tasse d'eau, laissez réduire. Pilez le tout et ajoutez la mie de pain trempée et égouttée. Liez avec les œufs entiers. Farcir 0de ce hachis les courgettes, les pommes de terre et les poivrons (après avoir enlevé les graines et les queues). Ajoutez les légumes farcis à la sauce, terminez la cuisson à feu doux et servez chaud.

Bon à savoir

LA DURÉE DE CONSERVATION DES RESTES D'ALIMENTS

De façon générale, les restes doivent être consommés dans les deux jours qui suivent leur préparation, au-delà, il y a risque sérieux d'intoxication. Mais attention, en attendant, tous ces restes doivent être conservés au réfrigérateur, dans des récipients propres et recouverts d'un film étirable. En aucun cas, il ne faut les conserver à température ambiante.
En revanche, il est toujours possible de congeler les restes que l'on ne peut pas manger dans l'immédiat, à condition, bien sûr, qu'ils n'aient pas eux-mêmes été déjà congelés. Il suffit alors de les placer dans un récipient destiné à la congélation, d'y placer une étiquette avec la date et de les consommer dans les deux mois. C'est bien plus simple que de courir le risque de s'intoxiquer !

Baklawa à la pâte filo

1 paquet de pâte filo de 500 g, 500 g d'amandes mondées, 1 c. à s. de sucre, 1 c. à s. de margarine, 1 c. à c. de cannelle, fleur d'oranger, miel

Dans une poêle beurrée, faire griller les amandes sans les brûler, réserver quelques-unes de côté et concasser grossièrement le reste au mixeur, ajouter le sucre, la margarine, la cannelle, la fleur d'oranger jusqu'à ce que le mélange soit homogène. Séparer les feuilles de filo. Badigeonner un plat rectangulaire avec de la margarine puis poser une feuille de filo, badigeonnez-la aussi de margarine fondue à l'aide d'un pinceau et faire de même avec la moitié du paquet. Etaler le mélange aux amandes, recouvrir de reste de filo en badigeonnant à chaque fois, tracer légèrement sans appuyer des losanges au couteau et placer des demi-amandes au milieu de ces losanges, enfourner et laisser cuire au four à 180°C pendant 30 min environ. Arroser de miel dès la sortie du four, et laisser reposer pour une nuit pour que le miel se fige. Découper la baklawa en losanges et servir avec du thé ou du café.

Corniottes aux légumes

1 gros oignon, 1 grosse tomate, 1 courgette, 30 g de beurre, 2 tranches de pain de mie, 2 c. à s. de crème fraîche épaisse, 75 g de gruyère, 200 g de fromage blanc, 2 œufs, 1 c. à s. de persil haché, 2 pincées de noix de muscade râpée, sel et poivre
Pour la pâte : 300 g de farine, 150 g de beurre, 1 œuf, 1/2 c. à s. de sel

Préparez la pâte : Tamisez la farine et le sel dans une terrine, incorporez le beurre et juste assez d'eau glacée pour former une pâte souple mais non collante. Laissez reposer. Pelez l'oignon et hachez-le. Pelez la tomate, pressez-la pour en extraire l'eau et les pépins, puis coupez-la en dés. Pelez la courgette et râpez-la grossièrement. Faites fondre le beurre dans une poêle. Ajoutez-y l'oignon haché et la courgette, laissez-les fondre 5 min, puis ajoutez la tomate et laissez cuire encore 3 min à feu doux. Versez dans une jatte et laissez refroidir. Travaillez la mie de pain avec la crème. Coupez le gruyère en petits dés. Ajoutez au contenu de la jatte le fromage blanc, les œufs, la mie de pain et la crème, le gruyère et les herbes. Assaisonnez de sel, de poivre et de noix de muscade, puis mélangez bien. Faites chauffer le four à 220 °C, th. 8. Battez l'œuf à la fourchette. Divisez la pâte en 4 portions égales et aplatissez-les au rouleau en cercles d'environ 20 cm de diamètre.

Badigeonnez légèrement le bord d'œuf battu, déposez au centre de chacune le quart de la farce, puis repliez les bords pour enfermer la farce, pincez pour souder et coupez la pâte en trop. Disposez les corniottes, fermeture vers le bas, sur la tôle du four beurrée et badigeonnez-les d'œuf. Roulez les chutes de pâte en boule, aplatissez-les et découpez 8 longues bandes. Entourez chaque corniotte de 2 bandelettes de pâte en croix, comme pour ficeler un paquet. Badigeonnez une fois encore d'œuf battu et faites cuire de 30 à 35 min à mi-hauteur du four : la pâte doit être bien dorée et croustillante.

Filets de poulet à la chapelure

4 filets de poulet, 1 c. à s. de moutarde, 2 c. à s. d'huile, 1/2 verre d'eau, 2 c. à s. de vinaigre, 4 c. à s. de crème fraîche, 2 œufs, chapelure, sel, poivre

Dans un bol, mélanger la moutarde, l'huile, le vinaigre, la crème fraîche, le sel et le poivre, et remuer jusqu'à obtention d'une sauce. Enduire les filets de poulet avec la sauce et laisser macérer une nuit. Mettre la chapelure dans une assiette et la farine dans une autre. Battre les œufs dans un bol avec une fourchette, assaisonner de poivre et de sel, trempez-les dans l'œuf, les fariner puis les passer dans la chapelure. Faire frire les filets de poulet dans l'huile chaude, les dorer des deux côtés.

Bricks crevettes-surimi

Un paquet de feuilles de bricks, des crevettes, des bâtonnets de surimi, des pommes de terre cuites à la vapeur, du fromage (en portions), sel, poivre, persil

Décortiquez les crevettes et les coupez en petits morceaux ainsi que les pommes de terre et les batonnets de surimi. Mettre le tout dans un récipient et ajouter le sel, le poivre, le fromage, le persil et bien mélanger. Remplissez les feuilles de bricks de farce et les faire cuire soit dans une poêle avec de l'huile soit au four.