Le magazine de la femme

Page animée par Hayet Ben

Salade d'aubergines et de poivrons

Pour 4 personnes
2 aubergines, 5 poivrons, 5 tomates, 1/2 verre à thé d'huile, 3 gousses d'ail hachées, 1 cuillère à soupe de cocriandre hachée, 1 cuillère à soupe de persil haché, sel, cumin, piment doux, piment fort

- Lavez et éplucher les aubergines, coupez-les en dés, les faire cuire à la vapeur jusqu'à ce qu'elles soient tendres.
- Lavez les poivrons et séchez-les avec un linge propre, faites-les griller au barbecue ou sur le feu, jusqu'à ce que la peau soit totalement noircie, mettez-les dans un sac en plastique, fermez bien et laissez refroidir, épluchez les poivrons sans les laver, retirez les graines et coupez-les en dés.
- Lavez les tomates, râpez-les avec une râpe à grands trous.
- Mettez les aubergines dans une casserole à fond épais, ajoutez l'huile, les tomates râpées, l'ail haché, le persil et la coriandre hachée, assaisonner d'épices et laisser cuire pendant 15 minutes en remuant sans cesse avec une cuillère en bois jusqu'à ce que les aubergines soient bien écrasées, ajoutez les dés de poivrons et laissez mijoter pendant 5 minutes en continuant à remuez.
- Servir tiède ou froid.

Gâteau au flan et aux fruits

Pour 6 personnes
Temps de préparation : 50 mn
6 œufs, 100g de farine, 75g de la poudre d'amandes (ou la noix de coco), 50g de beurre fondu, 150g de sucre, sel

Le biscuit :
- Battre dans le robot les œufs
- Ajouter le sucre jusqu'à ce que le volume triple
- Ajoutez la farine, les amandes, sel, le beurre fondu et versez l'appareil dans un moule avec des bords hauts.
- Enfournez 15 minutes 170° à 180°.
- Laissez le cake toute une nuit dans le réfrigérateur.
- Prendre le cake et enlevez la croûte qui se trouve en haut et reservez-la.
- Faire vider l'intérieur du cake de sa mie à l'aide d'une cuillère et laisser un centimètre dans les côtés.

Le flan :
- Préparez le flan comme il est indiqué dans le sachet.

Le montage :
- Prendre le cake vidé et le remplir avec les fraises et le kiwi coupés en tranches et versez le flan sur les fruits, mettre la croûte pour fermer le gâteau et mettre au réfrigérateur
- Sortir le gâteau, enduire de confiture et coller les tranches très fines des fraises et de kiwi sur les côtés. Décorer le dessus avec les fruits variés selon le goût.

Soupe de semoule à l'anis

Pour 6 personnes
250g de semoule, 100g de beurre, 50g de coriandre, 25g d'anis, 10g de cannelle, 75cl d'eau, sel

- Mixez l'anis et la coriandre
- Mettre dans une marmite l'eau, sel, cannelle, beurre, coriandre et l'anis. Porter à ébullition.
- Ajouter en remuant la semoule et laisser cuire à feu moyen 15 à 20min.
- Servir chaud.

Pastilla à la viande hachée

Photos : DR

Pour 6 personnes
Des feuilles de pastilla, viande hachée, 2 oignons, 100 g de fromage râpé, 6 œufs, 150 g de beurre, 1 petit bouquet de persil haché, 4 cuillères à soupe d'huile, gingembre, cumin, piment rouge, cannelle, sel, poivre

- Mettre la viande hachée dans un saladier, assaisonner de cumin, 1 pincée de cannelle, cumin, gingembre, piment doux, sel et poivre, bien mélanger.
- Eplucher les oignons et coupez-les en petits morceaux, faites-les revenir dans une poêle ave l'huile, ajouter la viande hachée, le persil haché, saler et poivrer, laisser cuire pendant 5 minutes, ajouter le vermicelle, bien mélanger, laisser le mélange refroidir et ajouter le fromage râpé et les œufs, bien remuer le préparation.
- Beurrer un plat rond allant au four, disposer 4 feuilles de pastilla en les faisant largement déborder, disposer une feuille de brick au milieu pour maintenir l'ensemble, étaler la farce au milieu, couvrir avec une feuille de pastilla, rabattre dessus les parties qui dépassent, couvrir avec la dernière feuille, badigeonner la surface de la pastilla avec le beurre fondu.
- Faire cuire dans un four préchauffé à 180°C pendant 30 minutes.
- Servir aussitôt.

Brick surprise

Pour 4 personne
6 feuilles de bricks, 6 pruneaux, 6 morceaux de chèvre pas trop épais, 6 tranches de jambon de dinde

- Mettre une tranche de jambon de dinde au centre d'une feuille de brick, ajouter un petit bout de chèvre et mettre un pruneau dessus, replier

- Pliez la feuille de brick en forme de rectangle, enfournez et laissez cuire au four pendant 10 min environ jusqu' à ce qu'il soit doré.

- Servir aussitôt.

Poulet m'chermel

Pour 4 personnes
1 poulet (ou quelques morceaux), 4 oignons, 1 gousse d'ail, 5 brins, de persil plat, 5 brins de coriandre, 1/2 citron, 1/2, c.à.s de jus de citron, 1/2 c.à.c de cumin, 1/2 c.à.c de safran, 1/2c.à.s de piment doux, huile, sel et poivre

- Faire revenir le poulet ainsi que le foie et le gésier dans une cocotte avec l'huile, les oignons émincés, l'ail pressé, le safran, saler et poivrer.
- Verser 2 petits verres d'eau et laisser réduire sur feu doux pendant une demi-heure environ à couvert en retournant de temps en temps le poulet.
- Assaisonnez le poulet avec le piment, le cumin, la coriandre et le persil haché, l'écorce de citron émincée et continuer la cuisson pendant 15 min environ.
- En fin de cuisson ajoutez le jus de citron en mélangeant et laisser mijoter encore quelques minutes pour obtenir une sauce onctueuse.
- Servir aussitôt.