



## CALAMARS EN SAUCE ROUGE



**500 g de calamars surgelés, 1 petit oignon, 3 gousses d'ail, 1 c. à c. de concentré de tomates, 1 c. à c. de deressa de felfel (concentré de poivron rouge, facultatif mais ça donnera un excellent goût), 100 ml de coulis de tomates, 1 feuille de laurier, sel, poivre noir, piment doux et un peu d'huile**

Faire revenir dans un peu d'huile l'oignon râpé et l'ail écrasé. Saler, poivrer et ajouter la feuille de laurier. Ajouter ensuite le piment doux, le coulis de tomates, le concentré et la deressa. Arroser avec 1 verre d'eau et laisser le tout bien fusionner. Quand la sauce est un peu épaisse, incorporer les rondelles de calamar sans les décongeler, mais lavées sous le robinet pour les faire séparer. Laisser cuire quelque 10 minutes. Accompagner de tranches de citron.

## Tajine de rognons blancs



**4 rognons blancs de moutons, 200 g de pois chiches trempés la veille, 250 g de petits oignons blancs, 1 oignon émincé, 1 bâtonnet de cannelle, 2 pincées de safran,**

**2 pincées de poivre blanc, 1 c. à s. de beurre, 1 c. à c. de beurre rance (smen), 8 cl d'huile d'olive, 1 filet de jus de citron, 30 cl d'eau**  
Pour servir : brins de coriandre

Couper les rognons blancs en deux dans le sens de la longueur. Débarrassez-les de leurs peaux et réservez ces dernières dans un peu d'eau et de vinaigre. Egoutter les pois chiches.

Dans un tajine sur feu doux, faire revenir l'oignon émincé dans l'huile, le beurre et le smen pendant 5 minutes. Rajouter les petits oignons, les pois chiches, les épices et l'eau. Recouvrir le tajine et laisser mijoter sur feu moyen jusqu'à cuisson des pois chiches et réduction de la sauce.

Dix minutes avant de retirer le tajine du feu, rajouter les rognons blancs et arroser avec un filet de jus de citron. Garnir de feuilles de coriandre.

## Croquettes de poulet au riz en sauce

**1/2 blanc de poulet, 1 petit oignon, 1/2 verre de riz, 1 belle poignée d'olives vertes, sel, poivre noir, cannelle et huile, persil ciselé, 1 c. à c. de maïzena (NOUARA), 1/2 œuf battu**  
Pour la panure : **1 œuf, farine, chapelure, huile pour la friture**

Faire cuire le blanc de poulet dans de l'huile chaude avec l'oignon râpé, le sel et les épices, ajouter le persil et laisser revenir à petit feu Arroser avec un peu d'eau. Couvrir et laisser cuire. Entre-temps, cuire le riz



Photos : DR

dans de l'eau salée un peu plus que d'habitude afin de faciliter la formation des croquettes. Faire bouillir les olives à

trois reprises pour les dessaler. Découper la moitié des olives et jeter le reste dans la sauce. Diluer la maïzena dans un

peu d'eau froide, puis la verser dans la sauce pour la lier. Emietter le poulet, ajouter le riz et les olives en petits morceaux, ajouter du persil ciselé aussi et 1/2 œuf battu. Former des croquettes, les passer dans la farine, l'œuf battu puis la chapelure.

Les garder au frais 1 heure puis les frire 2 minutes dans un bain d'huile bien chaude. Dans l'assiette de service, verser la sauce bien chaude et dresser par-dessus les croquettes. Décorer avec du persil ciselé.

## Khobz el-bey



**1 mesure d'amandes émondées et moulues, 1 mesure de chapelure, 1 mesure d'œufs, 1/2 mesure de sucre, 1/2 mesure de beurre, 1/2 mesure de lait, 2 c. à s. de levure chimique (NOUARA), le zeste d'un citron**  
Le sirop : **1 litre d'eau, 750 g de sucre, une petite tranche de peau de citron**

Dans un fait-tout, mélanger les œufs, le sucre et le beurre (au batteur) jusqu'à obtenir une pâte lisse et blanche. Ajouter le lait, le mélange d'amandes, la chapelure la levure chimique et le zeste de citron. A l'aide d'une spatule en bois, mélanger le tout soigneusement. Graisser un plateau allant au four, versez le mélange et enfournez. Une fois cuit, arroser d'un sirop léger, laisser reposer.

## Mini-tartelettes oignons-anchois

**Pâte brisée, sauce béchamel, 2 gros oignons, un petit bouquet de persil ciselé, des filets d'anchois, sel, poivre noir et huile d'olive**



Couper l'oignon en fines lamelles et le faire revenir dans une poêle avec un filet d'huile d'olive, le sel et les épices.

Préparer la sauce béchamel et la verser sur l'oignon complètement fondu. Ajouter le persil et mélanger le tout. Répartir cet appareil sur la pâte brisée préalablement enfoncée dans des petits moules à tartelettes. Faire un nœud avec les filets d'anchois. Enfourner 30 minutes environ à four moyen. Le dessus doit prendre une belle couleur dorée.

## Quiche à la tomate, crevettes et aux câpres



**Pâte brisée, quelques tomates selon leur taille, 200 g de grosses crevettes cuites, 2 c. à s. de câpres, 1 pot de crème fraîche, 100 g de fromage râpé, 2 œufs, un petit bouquet de persil, sel et poivre noir.**

Faire cuire la pâte à blanc, moitié cuisson. Laver et couper les tomates en rondelles pas trop fines ni trop épaisses, les saler légèrement et les laisser dégorger. Recouvrir toute la base de la tarte avec les rondelles de tomates, disposer par-dessus les crevettes décortiquées, les câpres et parsemer de persil finement ciselé. Dans un saladier, battre avec une fourchette les œufs et la crème liquide, ajouter le fromage râpé et le poivre noir, verser ce mélange, qui est très épais, sur les ingrédients disposés dans la tarte et faire cuire 20 à 30 minutes dans un four moyen, la surface doit prendre une petite coloration.