

Boulettes d'épinards au poulet en sauce



Bottes d'épinards, 300 g de poulet hachée, 1 oignon, 4 c.à s. de chapelure, sel et poivre noir, **POUR LA SAUCE:** 4 gousses d'ail, 1 tomate, 1 feuille de laurier, 4 c.à s. de coulis de tomates, 1/2 c. à s. de concentrée de tomates, sel et huile d'olive, poivre noir et rouge
AJOUT FACULTATIF: Des pois chiches cuits

Cuire les épinards avec un peu de sel et un filet d'huile d'olive (sans rajouter d'eau bien sûr). Les égoutter ou les passer quelques minutes à la poêle pour les faire sécher, laisser refroidir.
Préparer la sauce : Mettre à chauffer un peu d'huile, ajouter l'ail écrasé, la feuille de laurier les épices et la tomate concentrée. Laisser revenir quelques secondes sur feu doux, puis joindre le coulis de tomates, la tomate épluchée, épépinée et coupée en petits dés.
Arroser avec 1 verre d'eau chaude et laisser bouillir. Mélanger les épinards avec le poulet, l'oignon râpé, le sel et le poivre noir.
Ajouter petit à petit la chapelure, jusqu'à avoir une boulette qui se tient en main (elles ne sont pas aussi fermes comme celles faites avec de la viande de bœuf hachée, avec le poulet, c'est plus tendre)
Plonger les boulettes dans la sauce en ébullition et laisser cuire une quinzaine de minutes.
Ajouter les pois chiche quelques minutes avant d'éteindre le feu.

L'mhamer

Des morceaux de viande de mouton ou d'agneau, oignons émincés, 2 gousses d'ail, 1 boîte de champignons entiers, 1 c. à c. de poivre, 1 bâton de cannelle, 1/4 c. à c. de cannelle, 1 c. à s. de smen ou beurre, 1/2 verre de thé d'huile, sel

Mélanger les épices avec un peu d'eau et enduire les morceaux de viande avec cette préparation. Faire revenir la viande dans l'huile sur feu doux, bien la retourner jusqu'à

l'obtention d'une belle couleur dorée
Ajouter l'oignon émincé et l'ail pilé, le bâton de cannelle et faire revenir avec la viande
Couvrir avec un peu d'eau et laisser cuire, le temps dépend de votre moyen de cuisson, la viande doit devenir fondante et la sauce réduite.
Faire revenir les champignons dans un peu de smen ou de beurre
Servir la viande avec les champignons et la sauce



Photos : DR

Langue d'agneau en sauce relevée



4 langues d'agneau, 3 gousses d'ail dégermées, 4 cuillères à soupe d'huile, sel, poivre, 1 petit piment (facultatif), 1 pincée de cumin moulu, 1/2 cuillère à café de paprika, 1 tomate rouge bien mûre et pelée, 100 g de pois chiches précuits, plus ou moins 1/2 litre d'eau, 1 petit filet de vinaigre

Mettre les langues à bouillir dans de l'eau froide et leur enlever la peau dure. Dans une cocotte, mettre l'huile à chauffer, l'ail pressé et les épices : sel, poivre, cumin et le paprika. Le piment est facultatif à ne rajouter que si on apprécie les plats relevés. Rajoutez alors les langues coupées en tranches pas trop fines,

afin de les faire revenir. rajoutez la tomate pelée, égrainée et coupée en morceaux. Mouillez avec un tout petit peu d'eau, rajoutez les pois chiches et portez à ébullition. Dès les premiers bouillons

rajoutez le reste d'eau et faire cuire à couvert sur feu moyen environ une heure trente, en veillant à régulièrement surveiller le niveau d'eau. Servir très chaud avec un filet de vinaigre dans chaque assiette.

Basboussa



1 verre de sucre, 1 verre d'huile, 1 verre de lait, 1 verre de semoule, 1 verre de farine, 1/2 grande cuillère de cannelle, 1 œuf, 1 grande cuillère de levure chimique. **(NOUARA),**
Sirop : 2 verres de sucre, 2 verres d'eau, 1 tranche de citron

Mélanger les ingrédients secs seuls, les ingrédients liquides, puis les deux.
Huiler et fariner un moule, verser le mélange et faire cuire dans un four à une température moyenne (180°C). Seule la partie inférieure du four doit être allumée. Une fois la pâte cuite de la partie inférieure, la sortir du four et la découper dans son moule, ensuite la garnir avec des amandes avant de la remettre au four, mais cette fois allumer la partie supérieure afin de dorer le gâteau.
Une fois sortie du four, l'arroser avec le sirop préparé (mélange de sucre, eau, tranche de citron, le tout bien bouilli). Enfin, enlever du moule.

Barquettes aux abats de volaille



Pâte à pizza maison, abats de poulet, 1 petite boîte de champignons laminés, 3 œufs, 1 petit bouquet de persil, sel, cumin, poivre noir et huile d'olive, olives et fromage râpé

Dans une poêle, faire cuire les abats de poulet avec un filet d'huile et une pincée de sel. Ôter de la poêle et y mettre les champignons égouttés. Laisser prendre couleur, Emietter les abats de poulet, les incorporer aux champignons et ajouter les œufs battus en omelette et assaisonner avec un peu de sel,

cumin, poivre noir et le persil ciselé, Faire prendre légèrement, environ quelques secondes seulement, Diviser la pâte à pizza en petites boulettes (car elles vont doubler de volume). Les aplatir avec un rouleau et y mettre un peu de farce au milieu, Fermer les deux côtés pour obtenir une barquette. Bien souder les bords, car ça risque de s'ouvrir au four. Badigeonner de lait et saupoudrer de farine, Planter une olive ou bien saupoudrer d'un peu de fromage râpé. Enfourner à feu moyen et laisser prendre couleur ensuite.