



Langues d'agneau en sauce relevée et aux pois chiches



4 langues d'agneau, 3 gousses d'ail dégermées, 4 c. à s. d'huile, sel, poivre, 1 petit piment (facultatif), 1 pincée de cumin moulu, 1/2 c. à c. de paprika, 1 tomate rouge bien mûre et pelée, 100 g de pois chiches précuits, + ou - 1/2 litre d'eau, 1 petit filet de vinaigre

Mettre les langues à bouillir dans de l'eau froide puis leur enlever la peau dure. Dans une cocotte, mettre l'huile à chauffer, l'ail écrasé et les épices (sel, poivre, cumin et 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, égrenée et coupée en morceaux. Mouillez avec un tout petit peu d'eau, rajoutez les pois chiches et portez à ébullition. Dès les premiers frémissements, rajoutez le reste d'eau et faire cuire à couvert sur feu moyen environ une heure trente, en veillant à régulièrement surveiller le niveau de l'eau. Servir très chaud avec un filet de vinaigre dans chaque assiette.

Glace au café

1/2 litre de lait, 4 jaunes d'œuf, 100 g de sucre, 75 cl de crème fraîche, 1 c. à c. d'extrait de café, 1 c. à s. de cacao



Faire bouillir le lait dans une casserole. Faire blanchir les jaunes d'œuf et le sucre. Ajouter le lait chaud sur le mélange sans cesser de fouetter. Remettre à cuire à feu doux, jusqu'à frémissement. Hors du feu, incorporer la crème fraîche et l'extrait de café, mélanger. Réserver au congélateur. Dès que la glace commence à s'affermir, saupoudrer de cacao. Servir la glace en boules dans des coupes et décorer de morceaux de chocolat et de rondelles de bananes.



Photos : DR

Boulettes d'épinards au poulet en sauce

1 botte d'épinards, 300 g de poulet haché, 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 tomate, 1/2 c. à s. de concentré de tomates, sel et huile d'olive, poivre noir et rouge, des pois chiches cuits (facultatif)
Cuire les épinards avec un peu de sel et un filet d'huile d'olive (sans rajouter d'eau bien sûr). Les égoutter ou bien 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 le concentré de tomates. Laisser revenir quelques secondes sur feu doux, puis joindre le coulis de tomate, la tomate épluchée, épépinée et coupée en petits dés. Arroser avec 1 verre d'eau chaude. Laisser bouillir. Mélanger les épinards avec le poulet, l'oignon râpé, le sel et le poivre noir. Rajouter 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 chiches précuits quelques minutes avant d'éteindre le feu.

L'mhamer

Des morceaux de viande d'agneau, 1 oignon émincé, 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 à thé d'huile, sel

Mélanger toutes 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.



Mousse aubergines-tomates

3 aubergines, 4 tomates bien mûres, 1 c. à s. de graines de sésame, 2 gousses d'ail, 2 blancs d'œuf, 1 yaourt nature, sel, poivre

Préchauffez le four th 8 (240°). Emballez les aubergines dans du papier d'aluminium, enfournez et laissez cuire 20 minutes. Sortir les aubergines du four, coupez-les en deux et récupérez la chair avec une cuillère. Réservez. Mettez le four sur thermostat 6 (180°). Entaillez en croix la partie arrondie des tomates. Plongez-les dans l'eau bouillante. Quand la peau commence à se détacher égouttez et rafraîchissez-les. Pelez et épépinez les tomates puis coupez-les en morceaux. Pelez et hachez les gousses d'ail. Mettez la chair d'aubergines, les morceaux de tomates, les gousses d'ail, les graines de sésame et le yaourt nature dans un mixeur. Mixez à puissance maximale jusqu'à obtention d'une purée fine. Versez-la dans un saladier. Salez et poivrez. Montez les blancs en neige très ferme avec une pincée de sel. Incorporez-les délicatement à la purée d'aubergines et tomates. Versez la préparation dans une terrine. Placez la terrine dans un bain-marie. Couvrez la terrine et enfournez. Faites cuire 1 heure 30. Sortez la terrine du four et du bain-marie. Laissez tiédir avant de servir.



Bourak l'aâdjina Chaussons frits

300 g de farine, 1 c. à c. de levure boulangère instantanée, 4 à 5 c. à s. d'huile d'olive, une pincée de poivre noir, sel

Pour la farce : 1 œuf dur ou brouillé, fromage en portion, thon, olives (vertes ou noires), l'huile pour frire

Préparer la pâte en mélangeant la farine, la levure, le poivre noir, puis ajouter le sel et l'huile d'olive. Ramasser la pâte

avec de l'eau tiède et laisser doubler de volume. Préparer la farce en mélangeant tous les ingrédients découpés en petits morceaux. Ouvrir la pâte sur un plan fariné, découper des rondelles, les aplatir encore pour les affiner encore. Mettre un peu de farce, plier et bien souder. Frire les bouraks (les chaussons) dans de l'huile chaude non fumante.

