

H'rira bidaouia

2 l d'eau, 250 g de viande coupée en dés (agneau, veau), 1 cœur de céleri finement haché, 1 bouquet de coriandre haché, 1 bouquet de persil plat haché, 1 bol de pois chiches trempés la veille et pelés le lendemain, 1 oignon finement haché ou râpé, 1 kg de tomates mouluées, 1 verre à thé de vermicelles, 1/2 c. à c. de safran colorant, 1 pincée de pistils de safran, 1/2 c. à c. de poivre, 1 œuf, 3 ou 4 os, 70 g de fécule de maïs ou de farine, le jus d'un demi-citron (selon le goût), 1 c. à s. de coriandre hachée, 1 bâton de cannelle (selon le goût), 2 c. à c. d'huile d'olive, sel, poivre

Cette soupe se prépare en deux temps : d'abord ce qu'on appelle «tka-taâ» où on fait cuire un bouillon avec la majorité des ingrédients, puis «tadouira», la seconde étape où on termine l'assaisonnement et on «épaissit» la soupe avec l'œuf et la farine. Donc commencez par faire revenir la viande, les os et l'oignon dans l'huile d'olive. Ajoutez ensuite après coloration les tomates mouluées, le céleri et les herbes hachées, les pois chiches, les épices et les deux litres d'eau. Laissez cuire doucement environ 40 min sans oublier de retirer la viande dès qu'elle est cuite. Délayez ensuite la fécule ou la farine dans un peu d'eau puis versez tout en remuant afin d'empêcher la formation de grumeaux



Photos : DR

dans la h'rira. Attendez l'ébullition, puis ajouter les vermicelles. Laissez cuire quelques minutes, rectifiez l'assaisonnement puis ajoutez l'œuf battu tout en remuant. Vous pouvez

ajouter à ce moment-là si vous le désirez le jus d'un demi-citron et la coriandre hachée, la h'rira n'en sera que meilleure.

Mrouzia (sucrée, salée)

Viande d'agneau coupée dans le gigot ou le collier, 15 cl d'huile d'olive ou de table, 1 c. à s. de ras-el-hanout, 6 gousses d'ail hachées, 1/2 c. à c. de safran, 300 g de raisins secs noirs, 100 g d'amandes mondées et grillées, 200 g de miel, 1 l d'eau, sel



Dans un récipient déposer la viande. Ajouter les épices et l'ail. Recouvrir le récipient d'un film alimentaire et laisser mariner le tout durant 24 h au réfrigérateur. Dans une marmite à fond épais sur feu doux, déposer la viande et sa marinade. Ajouter l'eau et l'huile, et laisser à feu doux jusqu'à ce que la viande cuise et devienne tendre, et la sauce onctueuse. Ajouter alors les raisins secs, lavés et égouttés, le miel. Remuer la marmite de temps en temps en la tenant par les anses, ne pas utiliser d'ustensile afin que la viande reste intacte. Retirer la marmite du feu lorsque la viande est caramélisée et la sauce dorée. Déposer la mrouzia garnie de raisins secs et nappée de sauce dans un plat de service. Décorer avec des amandes grillées.

Khobza ktayef

2 boules de ktayef de 250 g chacune. Pour la pâte d'amandes : 2 verres d'amandes en poudre pas trop fine, 1/2 verre de sucre fin, 1 pincée de cannelle, de l'eau de fleur d'oranger. Préparation du sirop : 1/2 litre d'eau, 500 g de sucre, 1 cuil. à soupe d'eau de fleur d'oranger.

Pour dorer : 1 verre de beurre environ

Chauffer sur feu moyen un faitout. Y éparpiller délicatement une boule de ktayef et en couvrir tout le diamètre. Saupoudrer la surface d'amandes mélangées de sucre et de cannelle. Humecter la pâte d'amandes d'une cuillère d'eau de fleur d'oranger, et, avec la deuxième boule de ktayef éparpillée soigneusement, bien enfermer la pâte d'amandes. Parsemer de quelques parcelles de beurre. Faire dorer doucement 15 mn environ. Retourner le gâteau, faire cuire d'une teinte dorée en ajoutant du beurre au besoin. Renverser le gâteau dans une grande coupe plate et arroser de sirop cuit en mince filet. Couper en triangles.

N.B. : Cuire également au four. Disposer le gâteau dans un plat allant au four et parsemer de beurre. Arroser à volonté le ktayef cuit de sirop ou de miel fondu avec une cuillère d'eau de fleurs d'oranger.

Croquettes-surprise au piment

450 g de steak haché, 2 aubergines, 1 c. à c. de piment fort, 80 g de chapelure, 1 œuf, 2 c. à c. de farine, 10 cl d'huile d'olive

Taillez les aubergines non épluchées en petits dés. Faites-les revenir dans l'huile d'olive, assaisonnez et laissez cuire 15 min à feu doux pour qu'elles soient composées. En fin de cuisson, ajoutez le piment d'Espelette, réservez jusqu'à complet refroidissement. Mélangez les aubergines avec la viande hachée, assaisonnez puis formez 12 petites boules. Passez les croquettes dans la farine, l'œuf entier battu puis la chapelure. Faites chauffer votre friteuse à 160°C et plongez-y les croquettes pendant 5 min. Egouttez-les sur un papier absorbant et servez aussitôt pour qu'elles restent croustillantes. Accompagnez d'une salade et d'un coulis de tomate pimenté.



Roulé aux œufs, fromage et poulet



12 œufs, 4 c. à s. de farine, poivre, 4 c. à s. de lait, 4 tranches de poulet, 150 g de fromage, beurre, persil

Mélangez 8 œufs avec la farine, le lait et le poivre. Battez 4 blancs d'œufs en neige et mélangez-les avec l'omelette. Badigeonnez le fond et les bords d'une poêle pas trop grande avec du beurre fondu ou de l'huile. Versez-y l'omelette et ajoutez le fromage au milieu, ainsi que le poulet coupé en lamelles. Passez la poêle au four chauffé à 170°C pendant 15 minutes. Garnissez avec du persil haché et servez.