



Photos : DR

100 g de pois chiches trempés, 400 g de petits pois frais, 2 cœurs d'artichauts frais coupés en cubes moyens, l'équivalent d'une louche de pâte «h'alim» fraîches, 1 petit oignon coupé en dés fins, 2 c. à s. de persil haché frais + 1 c. à s. de céleri haché frais, 3 à 4 c. à s. d'huile d'olive, 1 c. à s. et 1/2 de concentré de tomates, sel, poivre

Khobz eddar

1 kilo de farine, une c. à s. de levure de boulanger, 1 c. à c. de sel



Délayer dans l'eau tiède la levure de boulanger, laisser lever durant 10 ou 15 min, ajouter la farine. Travailler la pâte jusqu'à ce qu'elle devienne molle et bien lisse. Laisser la pâte reposer 10 ou 15 minutes. Diviser la pâte en morceaux de la grandeur du plat de cuisson. Etaler la pâte sur une épaisseur de 2.5 cm, la couvrir et la laisser monter durant plus au moins 45 min, elle va doubler de volume. Faire chauffer le four à température haute. Baisser la température et faire cuire le pain une demi-heure à 40 min.

H'lalim

Dans une cocotte-minute, chauffer l'huile et y faire revenir l'oignon avant d'ajouter la tomate diluée dans un verre d'eau. Laisser revenir quelques minutes à feu moyen (pour enlever l'acidité des tomates) puis ajouter le sel et le poivre et mélanger. Mouiller d'eau à moitié, fermer la cocotte et laisser cuire pendant une dizaine de minutes à feu moyen. Ouvrir, rectifier le niveau d'eau et ajouter les légumes frais et le persil, fermer et laisser cuire à nouveau pendant une dizaine de minutes. Ouvrir, rajouter un peu d'eau, chauffer et à ébullition, ajouter les pâtes «h'alim» et continuer la cuisson en déposant le couvercle mais sans fermer la cocotte. Mélanger de temps à autre pour que les pâtes ne collent pas au fond. Les pâtes sont cuites au bout d'une dizaine de minutes, ramener la soupe à la texture désirée : veloutée, pas trop liquide, pas trop dense. Servir avec des quartiers de citron.

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, 1/2 c. 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 hachés, 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.

Tajine d'agneau aux pruneaux et ananas

Viande d'agneau, 1 ou 2 oignons, ail, pruneaux, ananas coupés en tranches, amandes, épices : gingembre, safran, cumin, cannelle, amandes émondées

Faire revenir dans l'huile la viande sur feu doux avec les oignons et l'ail, saler, puis ajouter les épices. Ajouter de l'eau à hauteur de la viande, recouvrir et laisser cuire. Plonger les pruneaux dans de l'eau chaude, ajouter un peu de cannelle. Faire revenir et dorer les amandes. Faire revenir les ananas. Egoutter les pruneaux, réserver les amandes et l'ananas. Rajouter les pruneaux, terminer la cuisson 20 minutes. Servir en décorant avec les amandes et les ananas.

Boureks aux épinards

1 paquet de feuilles de bricks, 1 botte d'épinards, 3 gousses d'ail, 1 cuillère à café de concentré de tomates, 3 œufs, 1 pincée de piment rouge ou paprika, 1 pincée de poivre noir, 1 oignon, sel



Préparer les épinards en ôtant les tiges, puis couper les feuilles en lamelles et les cuire à la vapeur puis saler. Dans une poêle, mettre de l'huile pour faire revenir l'oignon émincé, écraser dessus l'ail, saler et poivrer. Au bout de 10 minutes, ajouter les épinards, le concentré de tomates et le piment rouge et laisser cuire jusqu'à évaporation de l'eau. Battre les œufs en omelette, verser sur les épinards, laisser cuire quelques instants et retirer la poêle du feu. Plier chaque feuille de brick en trois, les 2 côtés opposés l'un à l'autre. Poser une grande cuillère de farce sur l'extrémité, plier vers le côté opposé, puis vers l'autre côté, jusqu'à la fin, vous obtenez ainsi un triangle. Répéter l'opération avec chaque feuille. Dans une poêle mettre de l'huile à chauffer et faire dorer les deux faces des boureks, égoutter et arroser de citron.



Riz au lait à la vanille

Riz : 250 g, lait : 1 l
Sucre en poudre : 200 g, sucre : 10 morceaux
Œufs : 2, sel : 1 pincée
Vanille : 2 sachets

Lavez le riz à grande eau et faites-le égoutter. Versez le lait dans une casserole. Ajoutez la vanille, 1 pincée de sel et le riz. Couvrez et laissez cuire sur feu doux jusqu'à complète absorption du liquide. Préchauffez le four th.5 (150°C). Caramélisez le moule en portant celui-ci sur le feu avec les morceaux de sucre et 2 cuillères à soupe d'eau. Quand le caramel prend couleur, faites-le voyager sur tout le pourtour du moule. Ajoutez le sucre en poudre et les œufs battus en omelette au riz cuit. Versez le tout dans le moule et enfournez pour 30 min. Laissez refroidir dans le moule avant de servir.

