

# Tajine au fromage

**Préparation : 2h, cuisson : 2h15 min, temps de repos : 12h.**  
500 g de viande de mouton désossée, 8 œufs, 4 c. à soupe de fromage râpé, 2 oignons, 2 c. à soupe de purée de tomates, 2 poignées de haricots blancs secs, 2 tranches de pain de mie (rassis), 1 verre d'huile d'olive, 2 noix de beurre, poudre de piment rouge, sel fin, poivre noir

La veille, faites tremper toute la nuit les haricots blancs secs dans de l'eau froide. Coupez la viande de mouton en dés de 4 cm et frottez-les de poivre et de sel. Faites-les dorer dans de l'huile dans une casserole sur feu vif. Ajoutez-y 2 gros oignons finement émincés. Ajoutez ensuite la purée de tomates, le piment rouge et les haricots blancs. Recouvrez d'eau l'ensemble des ingrédients. Augmentez le feu jusqu'à ébullition, puis laissez mijoter pendant encore 1h 15 min à couvert. Prélevez l'équivalent d'un grand bol de jus et mettez-le de côté. Râpez ensuite la mie

de pain rassis ; elle doit être très fine. Ajoutez-la dans la casserole avec le fromage et une noix de beurre. Rectifiez l'assaisonnement selon votre goût. Battez les œufs et mélangez-les au reste de la préparation. Versez le mélange obtenu dans un tajine huilé. Egalisez bien et placez sur feu doux pendant 25 min. Surveillez la cuisson ; dès que le tajine est cuit, la lame d'un couteau que vous enfoncez dedans doit ressortir sèche. Faites fondre le reste de beurre. Enlevez ensuite le plat du four. Coupez le tajine en



Photos : DR

tranches et arrosez celles-ci avec le beurre fondu. Réchauffez rapidement le jus

réservé et présentez-le dans une saucière. Servez chauds le tajine et sa 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 et enfournez. Faites cuire 1 heure 30. Sortez la terrine du four et du bain-marie. Laissez tiédir avant de servir.

## Chorba bayda (soupe blanche)

Un oignon, une botte de persil, blancs de poulet (les ailes sont meilleures), 1 c. à soupe de smen ou de beurre, sel + poivre blanc ou noir, 1 c. à café de cannelle, une poignée de pois chiches, un petit verre de vermicelles fins, 1 jaune d'œuf, jus d'un demi-citron

Mettez votre poulet coupé en dés dans un fait-tout, ajoutez l'oignon haché finement, le smen ou beurre, les pois chiches préalablement trempés dans de l'eau (ou en conserve), les épices et la moitié du persil finement ciselé. Laissez revenir quelques instants puis ajoutez de l'eau (env. 1 litre), Couvrez et laissez mijoter. Lorsque le poulet et les pois chiches sont cuits ajoutez les vermicelles et laissez cuire.



Dans un bol mélangez le jaune d'œuf avec le jus du demi-citron et le reste de persil haché, ajoutez 3 c. à soupe de la sauce, mélangez puis reversez ce mélange dans le faitout, mélangez et servez.

## Galettes de légumes

Pomme de terre, carottes, courgettes, œufs, 80 g de fromage râpé, 1 bouquet de persil, huile, sel, poivre



Epluchez les carottes et les pommes de terre. Lavez les courgettes. Coupez tous les légumes en dés et faites-les cuire 15 minutes dans l'eau bouillante salée. Egouttez-les et mettez-les dans un saladier. Ecrasez-les grossièrement à la fourchette. Lavez, séchez, effeuillez et ciselez le persil. Ajoutez-le dans le saladier. Battez les œufs en omelette et versez-les sur les légumes. Ajoutez le fromage, poivrez, mélangez bien. Façonnez des petites galettes de légumes. Préchauffez le four en position grill. Faites chauffer quatre cuillères à soupe d'huile dans une sauteuse. Faites-y dorer les galettes des deux côtés. Posez-les ensuite sur une feuille de papier sulfurisé et enfournez. Faites cuire 15 minutes.

## Aumônière au fromage

Feuilles de brick, fromage emmental coupé en petits morceaux, fromage de chèvre (vous pouvez mettre d'autres de votre choix), saucisse de bœuf fumé coupée en lamelles (autre de votre choix), origan et basilic, fil alimentaire



Enduire à l'aide d'un pinceau les feuilles de brick avec de l'huile d'olive. Disposer en superposant les lamelles d'emmental, de saucisse et de fromage de chèvre, parsemer avec les herbes. Fermer les feuilles sous forme d'une bourse et ficeler de chaque côté avec le fil alimentaire. Disposer sur une plaque huilée, passer encore une fois un pinceau d'huile dessus et enfourner 15 mn à 180°. Servir chaud.

## Roulés de poivron rouge aux thon et fromage

4 poivrons rouges, 200 g de fromage à l'ail, 150 g de thon nature, 1 petit oignon, 1/2 bouquet de persil plat, poivre du moulin

Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Enfermez chaque poivron dans une feuille de papier d'aluminium, puis déposez-les sur une plaque et enfournez pour 20 min. Pendant ce temps, égouttez le thon sans l'émietter. Pelez l'oignon rouge et coupez-le en fines lamelles. Séparez les anneaux avec les doigts. Ciselez grossièrement le persil plat. Sortez les poivrons du four, puis mettez-les dans un sac de type congélation. Laissez refroidir 15 min. Sortez les poivrons rouges du sac plastique, puis de leur feuille d'aluminium. Pelez-les, puis supprimez le pédoncule, les graines et l'eau de végétation. Coupez la chair de chaque poivron en deux. Tartinez chaque portion de poivron de fromage puis garnissez de thon et de rondelles d'oignon. Parsemez de persil. Refermez la languette de préparation sur les autres ingrédients, maintenez en place avec une pique en bois. Réservez au frais jusqu'au moment de servir.

