

شاهد على
الشاشة

kouzinadz.blogspot.com



لمسة حورية


Samira^{tv}

أطباق في الفرن

15 وصفة



kouzinadz.blogspot.com



4

غراتان الدجاج
Gratin au poulet



2

تارت الباذنجان سوفليه
Tarte de soufflés d'aubergines



12

صينية المعكرونة في الفرن
Plat des pâtes au four



10

غراتان بالسلق و البطاطا
Gratin aux épinards et pommes de terre



20

بيتزا بالخضر المشوية
Pizza aux légumes grillés



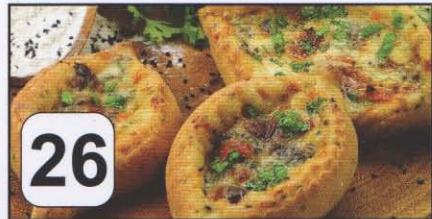
18

بيتزا جزائرية
Pizza Algérienne



28

فخذ محمر في الفرن
Gigot rôti au four



26

فطائر تركية لذيذة
Galette turques délicieuses



8

أصابع البطاطا في الفرن

Doigts de pommes de terre au four



6

تارت الطماطم و الريحان

Tarte aux tomates et basilic



16

بيتزا بالنخالة

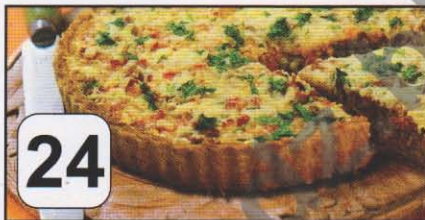
Pizza au son



14

غراتان الزهرة

Gratin la fleur



24

تارت العدس

Tarte aux lentilles



22

بيتزا مارغريتا

Pizza Margarita



La touche de
HOURIA



30

كرنتيتة

Karantita

العجينة :

- 220 غ فرينة
- 30 غ نخالة
- 125 غ زبدة
- نصف ملعقة صغيرة ملح
- 75 إلى 80 ملل ماء بارد
- ملعقة صغيرة سكر
- صينية تارت غير مدهونة

حشو الباذنجان :

- 2 باذنجان مشوي و مقشر و منزوع البذور
- 2 ملاعق كبيرة خردل
- ملعقة صغيرة ملح
- نصف ملعقة صغيرة فلفل اسود
- رشة جوزة الطيب
- 2 ملاعق كبيرة ثوم قصبي مفروم أو معدنوس
- 5 صفار بيض
- 1 بيض كاملة
- 4 قطع جبنة كريمة
- 200 غ جبن امنتال
- 100 غ جبن برمان

Pâte :

- 220 g de farine
- 30 g de son
- 125 g de beurre
- ½ c. à c de sel
- 75 à 80 ml d'eau froide
- 1 c. à c de sucre
- Moule non beurré

Farce d'aubergines :

- 2 aubergines grillées, épluchées et sans pépins
- 2 c. à s de moutarde
- 1 c. à c de sel
- ½ c. à c de poivre
- 1 pincée de noix de muscade
- 2 c. à s de ciboulette râpée ou de persil
- 5 jaunes d'œufs
- 1 œuf entier
- 4 morceaux de fromage crémeux
- 200 g d'emmental
- 100 g de parmesan

- 1 - قطعي الزبدة الباردة قطعاً صغيرة و اخلطها مع الفرينة و الملح و السكر و افركي الخليط. أضيفي النخالة و أجمعي العجينة دون عجنها.
- 2 - Abaisser la pâte directement sur le moule en piquant la surface avec une fourchette puis la mettre au réfrigérateur pour qu'elle repose.
- 3 - **Préparer la farce :** bien mixer les aubergines et battre les jaunes d'œufs avec un œuf entier et la moutarde puis mettre le sel, le poivre et la noix de muscade. Ajouter les fromages et le persil. Battre les blancs d'œufs en neige et les ajouter au mélange progressivement à l'aide d'une spatule jusqu'à l'obtention d'un mélange léger.
- 4 - **سخني الفرن على درجة 180° و أدخل التارت لتستوي ثم اخرجها من الفرن و أطلها بالخردل و جبن البرمان ثم ضعي الباذنجان المهروس و الحشو المحضر. أعيدي ادخال التارت الفرن لتستوي كلياً.**

• أنصح بدهن سطح التارت بالقليل من الخردل ثم برشة من جبن البرمان قبل وضع حشو الباذنجان و ذلك لضمان عدم تبلل العجينة و زيادة النكهة.

• Il est préférable de badigeonner dessus de la tarte avec un peu de moutarde puis avec une petite poignée de parmesan avant de mettre la farce d'aubergines et cela pour éviter que la pâte s'humidifie et pour accentuer le parfum.



- 1 كراث
- 2 بصل شرائح أو جوانح
- 4 فصوص ثوم
- ملح و فلفل أسود
- 2 ملاعق كبيرة ثوم قصبي
- 2 ملاعق كبيرة زيت الزيتون
- ملعقة كبيرة زبدة
- 2 بطاطا مقشرة ومقطعة إلى دوائر
- قالب مدهون
- صلصة البشاميل:
- 60 غ زبدة
- 40 غ فرينة
- 600 ملل حليب
- 200 ملل كريمة طازجة سائلة
- ملعقة صغيرة ملح
- رشة فلفل أسود
- رشة جوزة الطيب
- فص ثوم مرحي
- ملعقة كبيرة خردل
- جبين البرمزان أو جبين الغرويوار أو جبنة كريمة
- ملعقة كبيرة ثوم قصبي أو معدنوس
- 1 poireau
- 2 oignons en juliennes ou demi-lunes
- 4 gousses d'ail
- Sel et poivre
- 2 c. à s de ciboulette
- 2 c. à s d'huile d'olive
- 1 c. à s de beurre
- 2 pommes de terre épluchées et coupées en rondelles
- Moule beurrée
- Sauce béchamel :**
- 60 g de beurre
- 40 g de farine
- 600 ml de lait
- 200 ml de crème fraîche liquide
- 1 c. à c de sel
- 1 pincée de poivre
- 1 pincée de noix de muscade
- 1 gousse d'ail râpé
- 1 c. à s de moutarde
- Parmesan ou gruyère ou fromage crémeux
- 1 c. à s de ciboulette ou de persil

- 1 - سخني الفرن على درجة 180°. ضعي زيت الزيتون و الزبدة في مقلاة على النار مع البصل و الكراث و الملح و اتركيه يتقلّى إلى أن يذبل. أضيفي الدجاج و المعدنوس و الفلفل الأسود و أخلطي. أبعدي المقلاة عن النار و أضيفي كمية من جبين البرمزان.
- 2 - حضري صلصة البشاميل: ذوبي الزبدة في قدر على النار. أضيفي الفرينة و حرري حتى يصبح لونها ذهبيا. أضيفي الحليب تدريجيا مع مواصلة التحريك باستعمال الخفافة اليدوية حتى تحصلي على خليط كثيف و متجانس.
- 3 - أضيفي التوابل : ملح و فلفل أسود و جوزة الطيب. أنزعي القدر من على النار و أضيفي الثوم المرحي و الخردل و المعدنوس و الكريمة الطازجة و الأجبان و أخلطي جيدا.
- 4 - تبلي البطاطا بالملح و الفلفل الأسود و رصيها في صينية ثم ضعي طبقة من الدجاج ثم طبقة من البشاميل ثم طبقة أخرى من البطاطا. غطي البطاطا بطبقة من الدجاج ثم طبقة من البشاميل و في الأخير ضعي جبين البرمزان. أدخلي الغراتان الفرن ليستوي من 15 إلى 20 دقيقة حتى يكتسب لونا ذهبيا.

• أنصح بعدم المبالغة في طهي الدجاج كي لا ينشف.

• يمكنك استعمال الجبن مثلثات في صلصة البشاميل.

• Il est conseillé de ne pas exagérer dans la cuisson du poulet pour qu'il ne sèche pas.

• Il est possible d'utiliser le fromage en portions dans la sauce béchamel.



غراتان الدجاج

Gratin au poulet

العجينة:

- 220 غ فريئة
- 30 غ نخالة
- 130 غ زبدة
- ملعقة صغيرة سكر
- نصف ملعقة صغيرة ملح
- ملعقة صغيرة أعشاب منكهة
- 75 إلى 80 ملل ماء بارد جدا (حسب نوع الفريئة)
- صينية تارت غير مدهونة

الحشو:

- 500 غ طماطم كرزية
- 4 ملاعق كبيرة زيت الزيتون
- 5 فصوص ثوم مشوي
- 150 غ زيتون
- فلفل حار أحمر طازج
- 2 ملاعق كبيرة خردل
- ملعقة كبيرة كابر
- كمية من جبن اليرمان
- ربطة صغيرة ريحان طازج
- قرصة ملح و فلفل أسود
- 4 قطع طماطم مجففة متنوعة في الزيت (اختياري)
- معدنوس للتزيين

Pâte :

- 220 g de farine
- 30 g de son
- 130 g de beurre
- 1 c. à c de sucre
- ½ c. à c de sel
- 1 c. à c d'herbes aromatisées
- 75 à 80 ml d'eau très froide (selon le type de farine)
- Moule de tarte non beurré

Farce :

- 500 g de tomates cerise
- 4 c. à s d'huile d'olive
- 5 gousses d'ail grillées
- 150 g d'olives
- Piment rouge frais
- 2 c. à s de moutarde
- 1 c. à s de câpres
- Parmesan
- Petit bouquet de basilic frais
- Pincée de sel et de poivre
- 4 morceaux de tomate séchés trempés dans l'huile (facultatif)
- Persil pour décorer

- 1 - أخلطي الفريئة مع الملح و السكر و الزبدة و الأوريغان ثم أفركي جيدا، أضيفي النخالة و أخلطي. شكلي حفرة في الوسط و صبي الماء البارد مع محاولة جمع العجينة دون عجنها. ضعي العجينة في كيس بلاستيك و أدخلها البراد لترتاح لمدة ساعتين أو أكثر.
- 2 - سخني الفرن على درجة 180 مئوية. أخرجي العجينة من البراد و ابسطيها فوق طاولة العمل المرشوشة بالفريئة ثم لبسي الصينية بالعجينة و غطيها بورق الخبز و املئيها بالحبوب الجافة ثم ادخليها الفرن لتستوي جزئيا.
- 3 - عندما تحمر الأطراف، أنزعى ورقة الخبز مع الحبوب الجافة و أرجعها الفرن ليستوي السطح قليلا.
- 4 - قطعي الطماطم الكرزية إلى نصفين و ضعيها في إربدية مع زيت الزيتون و الكابر و الزيتون و الثوم و نصف كمية اليرمان و الطماطم المجففة و المعدنوس المرحي و الملح و الفلفل الأسود. أخلطي جيدا و اتركها تنقع مدة قبل استعمالها.
- 5 - أخرجي التارت من الفرن و أدهنيها بالخردل و أنثري فوقها جبن اليرمان. ثم ضعي طبقة من الحشو و زيني بالزيتون و ادخليها الفرن لمدة 15 إلى 20 دقيقة مع مراقبة الفرن. عند إخراج التارت من الفرن، اسقيها زيت نقع الحشو و انثري فوقها الريحان.

- 1 - Mélanger la farine avec le sel, le sucre, le beurre, l'origan puis bien frotter, ajouter le son et mélanger. Faire un trou au milieu puis verser l'eau froide en essayant de ramasser la pâte sans la pétrir. Mettre la pâte dans un sachet de plastique et mettre au réfrigérateur afin de reposer pendant 2 heures ou plus.
- 2 - Préchauffer le four à 180°. Sortir la pâte du réfrigérateur et l'abaisser sur un plan de travail saupoudré de farine puis couvrir le moule avec la pâte, couvrir la pâte avec du papier cuisson et remplir le moule de légumes secs. Enfourner jusqu'à cuisson partielle.
- 3 - Une fois les extrémités dorées, enlever le papier cuisson avec les légumes secs et renfourner jusqu'à cuisson de la surface.
- 4 - Couper les tomates cerise en deux et les mettre dans un saladier avec l'huile d'olive, les câpres, les olives, l'ail, la moitié du parmesan, les tomates séchées, le persil ciselé, saler et poivrer. Bien mélanger et laisser bien mariner avant de l'utiliser.
- 5 - Sortir la tarte du four et la badigeonner avec la moutarde puis parsemer dessus le parmesan, étaler une couche de farce dessus et décorer avec les olives. Enfourner pendant 15 à 20 min en surveillant le four. Une fois la tarte sortie du four, l'arroser avec l'huile de la marinade de la farce et parsemer de basilic.

تارت الطماطم و الريحان

Tarte aux tomates et basilic



أصابع البطاطا في الفرن

Doigts de pommes de terre au four

500 غ بطاطا

3 ملاعق كبيرة زيت الزيتون

¼ ملعقة صغيرة قصيرة جافة مطحونة

¼ ملعقة صغيرة فلفل أحمر حار مطحون

نصف ملعقة صغيرة عكري

ربع ملعقة صغيرة فلفل حار

ربع ملعقة صغيرة كمون مرحي

ربع ملعقة صغيرة ملح

صينية فرن مغطاة بورق الخبز

500 g de pommes de terre

3 c. à s d'huile d'olive

¼ c. à c de coriandre en poudre

¼ c. à c de piment rouge en poudre

½ c. à c de paprika

¼ c. à c de piment

¼ c. à c de cumin en poudre

¼ c. à c de sel

Moule couvert de papier cuisson

- 1 - سخني الفرن على درجة 200°. نظفي البطاطا و قطعها على شكل أصابع. أغسلي أصابع البطاطا مرة ثانية و قطريها. تبلي البطاطا بالبهارات و أضيفي زيت الزيتون و أخلطي جيدا.
- 2 - ضعي البطاطا في الصينية و أدخلها مباشرة الفرن لتشوي. بعد 20 دقيقة، ألقبي أصابع البطاطا على الجهة الثانية بعد مرور 20 دقيقة و أرجعها الفرن لتشوي لمدة 20 دقيقة. أكلمي تحمير البطاطا مع التحريك لمدة 10 دقائق أخرى مع مراقبة الفرن.
- 3 - أخرجي أصابع البطاطا و قدمها مباشرة مع لحم مشوي أو دجاج أو سلطة.

Préchauffer le four à 200°. Nettoyer les pommes de terre et les découper en forme de doigts. Laver les doigts de pommes de terre encore et les égoutter. Ajouter les épices aux pommes de terre puis l'huile d'olive et bien mélanger.

Mettre les pommes de terre dans le moule et enfourner directement pour les griller. Après 20 min, tourner les doigts de pommes de terre sur l'autre face après 20 min et renfourner pendant 20 min pour griller. Continuer la dorure des pommes de terre en remuant pendant 10 min encore en surveillant le four.

Sortir les doigts de pommes de terre et servir directement avec la viande grillée ou le poulet ou la salade.

- للحصول على بطاطا مقرمشة و لذيذة، أنصح بغسل البطاطا أولا ثم تقطيعها على شكل أصابع مرة أخرى و تقطيرها قبل إضافة البهارات و الزيت.
- من الضروري شوي البطاطا على الجهتين و الالتزام بالخطوة المذكورة في الوصفة.
- ممكن زيادة الفلفل الحار أو تخفيفه حسب الذوق.

Pour obtenir des pommes de terre croustillantes et délicieuses, il est conseillé de laver les pommes de terre en 1er puis les découper encore en forme de doigts et les égoutter avant d'ajouter les épices et l'huile.

Il faut griller les pommes de terre sur les deux côtés et respecter l'étape suscitée dans la recette.

Il est possible d'ajuster la quantité de piment selon le goût.



عراتان بالسلق و البطاطا

Gratin aux épinards et pommes de terre

- 2 بصل مقطع صغير
 - 2 فصوص ثوم شرائح
 - ربطة سلق صغيرة مقطعة
 - 2 قرعة مقطعة مكعبات
 - 1 بطاطا كبيرة أو 2 بطاطا صغيرة مقطعة مكعبات
 - 2 ملعقة كبيرة زيت الزيتون
 - فلفل حار طازج (اختياري)
 - 2 ملاعق كبيرة نخالة
 - 5 إلى 6 بيض
 - عصرة ليمون
 - كمية من الأجبان المتوفرة (غرويير و الإدام و البرمان أو مثلثات... إلخ)
 - ملعقة صغيرة خميرة الحلويات
 - ملح و فلفل أسود
 - قرصتين جوزة الطيب
 - صينية مدهونة
 - 2 oignons émincés
 - 2 gousses d'ail coupées
 - 1 petite botte d'épinards ciselés
 - 2 courgettes coupées en cubes
 - 1 grosse pomme de terre ou 2 petites coupées en cubes
 - 2 c. à s d'huile d'olive
 - Piment frais (facultatif)
 - 2 c. à s de son
 - 5 à 6 œufs
 - 1 presse de citron
 - Fromages disponibles (gruyère, édam, parmesan, portions...)
 - 1 c. à c de levure chimique
 - Sel et poivre
 - 2 pincées de noix de muscade
 - Moule beurre
- 1 - Préchauffer le four à 200°. Chauffer l'huile et frire les pommes de terre à moitié, puis ajouter les courgettes et mélanger en continuant de frire puis les égoutter et les mettre sur papier absorbant.
 - 2 - Mettre l'huile d'olive dans une poêle sur le feu, avec l'oignon, le sel et faire revenir puis ajouter l'ail, le piment et remuer. Ajouter les épinards et faire revenir sur un feu vif pour vaporiser les liquides.
 - 3 - Retirer le mélange d'épinards et d'oignons du feu et mélanger avec les pommes de terre et les courgettes. Ajouter la levure, la levure chimique, les fromages et verser le mélange dans un moule.
 - 4 - Battre les œufs, ajouter le sel, le poivre, la noix de muscade, la presse de citron à l'aide du fouet et verser le mélange sur les légumes dans le moule et parsemer dessus avec le mélange de fromages puis les enfourner jusqu'à cuisson pendant environ 8 min.
 - 5 - Allumer le gril pour dorure. Sortir le moule du four et le servir ou le laisser refroidir un peu puis le découper et le servir.

• يجب مراقبة الفرن بعد إدخال إغراتان لأن كل الخضار مستوية و تحتاج فقط إلى تماسك البيض.

• الهدف من إضافة النخالة بدلاً من القشدة، أولاً ليمتص سوائل السلق و ثانياً لرفع القيمة الغذائية.

• Il faut surveiller le four après avoir entré le gratin puisque tous les légumes sont cuits et ont juste besoin que les œufs soient consistants.

• Le but d'ajouter le son au lieu de la farine, est pour qu'il absorbe la sève des épinards et aussi pour qu'il augmente la valeur nutritionnelle.



500 غ معكرونة متوسطة الحجم

الصلصة:

ملعقة صغيرة كمون حب

فلفل حار حسب الذوق

1 بصل مرحي

4 فصوص ثوم مرحي

% طرشي طازج مرحي

ملعقة صغيرة فلفل أحمر مرحي

ملعقة كبيرة معجون الطماطم

3 ملاعق كبيرة زيت الزيتون

زعر جاف

2 ملاعق كبيرة معدنوس مرحي

تشكيلة من الأجبان: غرويار، برمزان، شيدار

ملعقة كبيرة خبز يابس مرحي (اختياري)

فلفل حار طازج مقلي للتزيين

صينية فرن مدهونة ببيت الزيتون

500 g de pâtes moyennes

Sauce :

1 c. à c de grains de cumin

Piment selon le goût

1 oignon émincé

4 gousses d'ail râpé

¼ poivron frais râpé

1 c. à c de poivron rouge râpé

1 c. à s de tomate conserve

3 c. à s d'huile d'olive

Origan sec

2 c. à s de persil râpé

Variété de fromages : gruyère, parmesan, cheddar

1 c. à s de chapelure (facultatif)

Piment frais frit pour décorer

Moule badigeonné d'huile d'olive

- 1 - Bouillir les pâtes à moitié dans une eau salée avec le laurier et les branches de persil pour parfumer les pâtes. Egoutter les pâtes et enlever les branches de persil. Conserver l'eau de cuisson pour la sauce.
- 2 - Mettre l'huile d'olive dans une poêle sur un feu doux avec le cumin et mélanger. Ajouter le piment, le poivron rouge frais et remuer, ajouter le laurier, l'oignon et le sel en faisant revenir le tout puis ajouter l'ail et bien remuer.
- 3 - Incorporer les tomates fraîches, le poivre, le paprika et bien remuer. Délayer la tomate conserve dans un demi verre d'eau de cuisson et l'ajouter à la sauce puis couvrir la casserole et la laisser sur un feu très doux jusqu'à absorption de la sauce et épaississement et formation d'une couche d'huile à la surface.
- 4 - Ajouter l'origan, le persil et couvrir la casserole et la laisser s'aromatiser un peu. Préchauffer le four à 180°.
- 5 - Mélanger les pâtes avec la sauce et la variété de fromages puis les mettre dans le moule et les parsemer du fromage restant puis les saupoudrer de chapelure et les décorer avec le piment frit. Enfourner pendant environ 10 min. allumer le grill pour gratiner les pâtes.
- 6 - Sortir les pâtes du four et les servir avec une salade ou un steak ou du poulet grillé.

مشوي.

• بعد إدخال الصينية الفرن يجب مراقبته كي لا تجف المعكرونة.

• يمكن إضافة ثمار البحر أو الدجاج لتغيير و زيادة القيمة الغذائية

• يمكن استعمال أجبان حسب الذوق.

• Après avoir enfourné le moule, il faut le surveiller pour que les pâtes ne sèchent pas.

• Il est possible d'ajouter les fruits de mer et le poulet pour augmenter la valeur nutritionnelle.



- | | |
|------------------------------|-----------------------------------|
| 400 غ شيفلور | • 400 g de chou fleur |
| صلصة البشاميل | • Sauce béchamel |
| 60 غ زبدة | • 60 g de beurre |
| 40 غ فرينة | • 40 g de farine |
| 750 ملل حليب | • 750 ml de lait |
| ملح و فلفل أسود | • Sel, poivre |
| ملعقة كبيرة خردل | • 1 c. à s de moutarde |
| قرصتين جوزة الطيب | • 2 pincées de noix de muscade |
| فلفل أحمر حار طازج (اختياري) | • Piment rouge frais (facultatif) |
| 2 فصوص ثوم مرحي | • 2 gousses d'ail râpées |
| الاجبان: | • Fromages : |
| 30 غ جبن الروكفور | • 30 g de roquefort |
| 200 غ جبن غرويار | • 200 g de gruyère |
| 3 ملاعق كبيرة جبن البرمزان | • 3 c. à s de parmesan |
| صينية فرن مدهونة بالزبدة | • Moule beurré |

- 1 - Préchauffer le four à 180°. Nettoyer le chou fleur puis le râper et le laisser de coté.
- 2 - Préparer la sauce béchamel. Mettre le beurre dans une casserole et le faire fondre sur un feu doux jusqu'à dorure légère. Ajouter la farine et la mélanger avec le beurre toujours en remuant jusqu'à dorure puis retirer la casserole du feu et incorporer le lait progressivement en continuant de battre à l'aide d'un fouet.
- 3 - Remettre la casserole sur le feu en remuant jusqu'à épaississement de la sauce. Saler et poivrer. Retirer la casserole du feu et ajouter l'ail râpé, la moutarde, la noix de muscade, le roquefort en essayant de le faire fondre puis incorporer les fromages restants.
- 4 - Ajouter le chou fleur râpé et le mélanger avec la sauce puis le verser dans le moule et mettre le piment frais coupé en tranches et le fromage restant. Enfourner pendant 30 à 40 min jusqu'à dorure de la surface, des contours et du milieu afin d'obtenir un goût délicieux.
- 5 - Sortir le moule du four et le laisser reposer.

• أضيفي هذه الكمية القليلة من "الفلفل الحار" الطازج لتضفي نكهة و طعم لذيذ على الغرانتان.

• أنصح بترك الغرانتان يستوي جيداً و يتحمر حتى يتكرمل تقريباً.

• Ajouter cette petite quantité de piment pour donner au gratin une saveur et un goût délicieux.

• Il est préférable de bien cuire et griller le gratin jusqu'à ce qu'il se caramélise presque.



- 400 غ فريضة 400 g de farine
- 60 غ فريضة سمراء 60 g de farine brune
- 50 غ نخالة 50 g de son
- ملعقة كبيرة خميرة الخبز الفورية 1 c. à s de levure boulangère instantanée
- ملعقة كبيرة سكر أو عسل 1 c. à s de sucre ou de miel
- 4 ملاعق كبيرة زيت الزيتون 4 c. à s d'huile d'olive
- 350 ملل ماء دافئ 350 ml d'eau tiède
- ملعقة صغيرة ملح 1 c. à c de sel
- صينية فرن مرشوشة بالسميد الناعم Plat saupoudré de semoule fine.

الحشو:

- 1 قرعة مرحية 1 courgette râpée
- 1 قرع أحمر مرحي 1 citrouille râpée
- 4 طماطم مجففة 4 tomates séchées
- 1 بطاطا مرحية 1 pomme de terre
- نصف كوب زيت الزيتون ½ verre d'huile d'olive
- طرخون Estragon
- فلفل مطحون Poivron mixé
- 2 ملاعق كابر 2 c. à c de câpres
- ملح و فلفل أسود Sel, poivre
- زيتون أسود و أخضر Olives noires et vertes
- 50 غ جبن برمزان مبشور 50 g de parmesan râpé
- فلفل أحمر طازج حلو قطع Poivron rouge frais en morceaux
- ربطة صغيرة ريحان طازج Petit bouquet de basilic frais
- زيتون للتزيين Olives pour décorer
- جبن موزاريللا Mozzarella

- 1 - **Préparer la farce :** mélanger la citrouille et la courgette et la pomme de terre râpées puis ajouter l'huile d'olive, le sel, le poivre, les olives coupées, les tomates séchées, les câpres, l'ail en tranches, les herbes aromatisées, l'origan et laisser mariner.
- 2 - Mélanger tous les ingrédients de la pâte et la pétrir pendant 10 min puis la mettre dans un saladier huilé. Couvrir la pâte et la laisser fermenter jusqu'à ce qu'elle double de volume.
- 3 - Préchauffer le four à 250°. Mettre la pâte sur un plan de travail saupoudré de semoule et la façonner selon le goût puis la mettre dans le plat du four et mettre la farce dessus puis la décorer avec les olives. Enfourner la pizza pendant 15 à 20 min.
- 4 - Sortir la pizza du four et parsemer dessus de mozzarella puis la remettre au four sous le gril pour faire fondre le fromage. Sortir la pizza du four et la décorer avec le basilic frais et un peu d'huile d'olive.

• أنصح بإضافة الريحان الطازج في آخر مرحلة. من تجهيز الحشو للحفاظ على طعمه و نكهته.

• يمكن استعمال اكليل الجبل الطازج للخضر لزيادة الطعم و النكهة.

• Il est préférable d'ajouter le basilic frais à la fin de la préparation de la farce pour conserver le goût et la saveur.

• Il est possible d'utiliser le basilic séché pour accentuer le goût et la saveur.

بيتزا بالنخالة

Pizza au son

kouzinadz.blogspot.com



kouzinadz.blogspot.com

- 400 غ سميد ناعم • 400 g de semoule fine
- 250 ملل ماء دافئ • 250 ml d'eau tiède
- ملعقة كبيرة خميرة الخبز الفورية • 1 c. à s de levure boulangère instantanée
- نصف ملعقة كبيرة ملح • ½ c. à s de sel
- 80 ملل زيت الزيتون أو زيت نباتي أو خليط من الاثنين • 80 ml d'huile d'olive ou d'huile végétale ou du mélange des deux
- صينية بيتزا أو فرن مدهونة بزيت الزيتون • Plat de pizza ou de four badigeonné d'huile d'olive
- الحشو :** • **Farce :**
- 4 طماطم مقطعة دوائر • 4 tomates coupées en rondelles
- 4 فصوص ثوم شرائح • 4 gousses d'ail en tranches
- فلفل حار طازج حسب الذوق • Piment frais selon le goût
- ملح و فلفل أسود • Sel, poivre
- زيتون أخضر و أسود • Olives vertes et noires
- ملعقة كبيرة كابر (اختياري) • 1 c. à s de câpres (facultatif)
- أنشوفة في الزيت (اختياري) • Anchois à l'huile (facultatif)
- 4 ملاعق زيت الزيتون • 4 c. à s d'huile d'olive
- كمية من زيت الزيتون • Huile d'olive
- ملح البحر للتزيين (اختياري) • Sel de mer pour décorer (facultatif)

- 1 - ضعي زيت الزيتون في مقلاة على النار، و ضعي الطماطم و اتركها تتقلّى قليلا ثم أضيفي الثوم و الفلفل الحار و الملح و الفلفل الأسود. اتركها تتقلّى حتى تذبل الخضر. أضيفي الكابر و أخلطي جيدا ثم انزعى المقلاة من النار.
- 2 - Mettre l'huile d'olive dans une poêle sur le feu, ajouter les tomates et laisser mijoter un peu puis incorporer l'ail, le piment, le sel et le poivre. Laisser mijoter jusqu'à blanchissement. Ajouter les câpres et bien mélanger puis retirer la poêle du feu.
- 3 - نضع في العجينة، السميد و خميرة الخبز و الماء الدافئ تدريجيا مع العجن على سرعة خفيفة لمدة 5 دقائق تقريبا ثم أضيفي الملح و واصل العجن حتى تحصلي على عجينة مطاطية و ملساء.
- 4 - Mettre dans la pâte, la semoule, la levure boulangère et l'eau tiède progressivement en pétrissant sur une vitesse légère pendant environ 5 min puis ajouter le sel et continuer le pétrissage jusqu'à l'obtention d'une pâte élastique et lisse.
- 5 - أضيفي الزيت تدريجيا مع مواصلة العجن حتى تتشرب العجينة الزيت. أبسطي العجينة مباشرة في الصينية المدهونة و ضعي الحشو ثم زيني بحبات الزيتون و الأنشوفة ثم رشى بالملح و زيت الزيتون.
- 6 - Incorporer l'huile progressivement en continuant le pétrissage jusqu'à ce que la pâte absorbe complètement l'huile. Abaisser la pâte directement sur un plat huilé et mettre la farce dessus puis décorer avec les olives et les anchois. Parsemer de sel et arroser avec l'huile d'olive.
- 7 - سخني الفرن على درجة حرارة 250°. أدخلي الصينية الفرن لمدة 12 إلى 25 دقيقة. أخرجها من الفرن و رشى فوقها القليل من زيت الزيتون.
- 8 - Préchauffer le four à 250°. Enfourner le plat pendant 12 à 25 min, le sortir du four et l'arroser d'huile d'olive.

- أنصح بعجن العجينة في البداية باليابس و إضافة الماء تدريجيا لتتشرب.
- عند إضافة الزيت، حاولي جمع العجينة دون عجنها.
- عند تجهيز الحشو، حاولي الحفاظ على قوام الخضر أي لا تبالغي في طهيها.

- Il est préférable au début, de pétrir la pâte au sec et ajouter l'eau progressivement pour qu'elle l'absorbe.
- A l'ajout d'huile, essayer de ramasser la pâte sans la pétrir.
- A la préparation de la farce, il faut essayer de conserver la forme des légumes pour éviter de les cuire trop.

بيتزا جزائرية

kouzinadz.blogspot.com

Pizza Algérienne



kouzinadz.blogspot.com

بيتزا بالخضر المشوية

Pizza aux légumes grillés

العجينة :

- 400 غ فريئة
- ملعقة كبيرة سكر
- ملعقة كبيرة خميرة الخبز الفورية
- نصف ملعقة كبيرة ملح
- 2 ملاعق كبيرة جبن البرمزان
- ملعقة كبيرة هريسة أو فلفل حار مشوي و مطحون
- 2 ملاعق كبيرة زيت الزيتون
- 270 ملل ماء دافئ
- صينية بيتزا مدهونة بالزيت أو مرشوشة بالفريئة

الحشو :

- 1 فلفل من كل لون
- 1 قرعة طويلة خضراء
- 4 فصوص ثوم
- 2 طماطم
- رشة زعتر طازج
- ملعقة كبيرة إكليل الجبل
- ريحان للتزيين
- 50 ملل زيت الزيتون
- 3 ملاعق خل بلسمي
- ملح خشن و فلفل أسود

Pâte :

- 400 g de farine
- 1 c. à s de sucre
- 1 c. à s de levure boulangère instantanée
- ½ c. à s de sel
- 2 c. à s de parmesan
- 1 c. à s de harissa ou de piment grillé et mixé
- 2 c. à s d'huile d'olive
- 270 ml d'eau tiède
- Plat de pizza huilé ou saupoudré de farine

Farce :

- 1 poivron de chaque couleur
- 1 courgette longue et verte
- 4 gousses d'ail
- 2 tomates
- 1 pincée d'origan frais
- 1 c. à s de romarin
- Basilic pour décorer
- 50 ml d'huile d'olive
- 3 c. à c de vinaigre balsamique
- Gros sel, poivre

- 1 - حضري الحشو: قطعي كل الخضر إلى شرائح أو إلى دوائر مع الثوم ثم أخلطي مع إكليل الجبل و زيت الزيتون و الزعتر و الملح و الفلفل الأسود و اتركها تنقع قليلا.
- 2 - سخني الفرن على درجة 200°. ضعي الخضر في الصينية و ادخليها الفرن لتشوي و تتكرمل لمدة 40 إلى 45 دقيقة مع التقليب من حين إلى آخر. أخرجها من الفرن و اتركها على جنب.
- 3 - حضري العجينة : أخلطي الفريئة مع السكر و الملح و زيت الزيتون و الجبن. أفركيها باليد. أضيفي الخميرة و الماء و أخلطي ثم ضعي الهريسة و أعجني العجينة لمدة 6 دقائق. غطي العجينة و اتركها تختمر حتى يتضاعف حجمها.
- 4 - ضعي العجينة برفق و ابسطها في صينية البيتزا مباشرة المدهونة بزيت نقع الخضر و ضعي الخضر المشوية على العجينة. انثري الريحان فوق الحشو و جبن البرمزان و سخني الفرن على درجة 200° و ادخلي صينية البيتزا لمدة 20 إلى 30 دقيقة.

Préparer la farce : couper les légumes en tranches ou en rondelles avec l'ail puis les mélanger avec le romarin, l'huile d'olive, l'origan, le sel, le poivre et les laisser mariner un peu.

Préchauffer le four à 200°. Disposer les légumes sur le plat et les enfourner afin de griller et caraméliser pendant 40 à 45 min en les tournant de temps en temps. Les sortir du four et les laisser de côté.

Préparer la pâte : mélanger la farine avec le sucre, le sel, l'huile d'olive et le fromage. Frotter avec les mains. Ajouter la levure, l'eau et mélanger puis incorporer la harissa et pétrir pendant 6 min. couvrir la pâte et laisser fermenter jusqu'à ce qu'elle double de volume.

Mettre la pâte délicatement puis l'abaisser directement sur le plat de pizza huilé avec l'huile de marinade des légumes et mettre les légumes grillés sur la pâte. Parsemer la farce de basilic et de parmesan puis préchauffer le four à 200° et enfourner le plat de pizza pendant 20 à 30 min.



- 500 غ فريينة
- 3 ملاعق كبيرة زيت الزيتون
- ملعقة كبيرة سكر
- ملعقة كبيرة خميرة الخبز الفورية
- نصف ملعقة كبيرة ملح
- 330 ملل ماء دافئ
- سميد ناعم لتشكيل البيتزا
- الحشو :
- صلصة الطماطم
- 4 طماطم طازجة مرحية
- 1 بصل صغير مرحي
- 4 فصوص ثوم مرحي
- فلفل حار طازج (اختياري)
- 4 ملاعق كبيرة زيت الزيتون
- 2 ملاعق كبيرة معجون الطماطم
- ملح و فلفل أسود
- ملعقة كبيرة عكري
- ورقة رند
- أوريجانو
- زيتون المزين

- 500 g de farine
- 3 c. à s d'huile d'olive
- 1 c. à s de sucre
- 1 c. à s de levure boulangère instantanée
- ½ c. à s de sel
- 330 ml d'eau tiède
- Semoule fine pour former la pizza
- **Farce :**
- Sauce tomate
- 4 tomates fraîches râpées
- 1 petit oignon émincé
- 4 gousses d'ail râpé
- 1 piment frais (facultatif)
- 4 c. à s d'huile d'olive
- 2 c. à s de tomate conserve
- Sel, poivre
- 1 c. à s de paprika
- 1 feuille de laurier
- Origan
- Olives pour décorer

- 1 - ضعي زيت الزيتون في مقلاة مع البصل و الملح و اتركه يتقلّى ثم أضيفي الثوم و حركي ثم ضعي الفلفل الحار و الرند و تبلي بالعكري و البهارات و الطماطم المرحية ثم ضعي الماء و الريحان.
- 2 - أخلطي الفريينة و السكر و زيت الزيتون و أفركي جيدا. أضيفي الخميرة و الماء الدافئ و أعجني لمدة 5 دقائق ثم أضيفي الملح مع مواصلة العجن لمدة 6 دقائق حتى تحصلي على عجينة مطاطية و ملساء. غطي العجينة و اتركها تختمر.
- 3 - سخني الفرن على درجة 250°. أبسطي العجينة فوق طاولة مرشوشة بالسמיד الناعم. أدھني العجينة بطبقة من صلصة الطماطم و زينها بحبات الزيتون ثم أدخلها الفرن لمدة 20 إلى 25 دقيقة. أخرج البيتزا من الفرن زينها بحبات الزيتون و أرجعها تحت الشواية ليذوب الجبن.
- 4 - Sortir la pizza du four et la servir arrosée d'huile d'olive.



300 غ فريفة	• 300 g de farine
130 غ زبدة	• 130 g de beurre
ملعقة صغيرة ملح	• 1 c. à c de sel
ملعقة صغيرة كمون	• 1 c. à c de cumin
ملعقة صغيرة سكر	• 1 c. à c de sucre
2 ملاعق كبيرة زيت	• 2 c. à s d'huile
1 صفار بيض	• 1 jaune d'œuf
70 ملل ماء بارد	• 70 ml d'eau froide
صينية تارت غير مدهونة	• Plat de tarte non beurré
الحشو :	• Farce :
250 غ عدس مغلي	• 250 g de lentilles bouillies
3 ملاعق كبيرة زيت الزيتون	• 3 c. à s d'huile d'olive
كرفس مقطع مكعبات صغيرة	• Céleri coupé en petits cubes
1 بصل مرعي	• 1 oignon émincé
2 جزر مكعبات	• 2 carottes en cubes
نصف حبة فلفل أحمر حلو طازج مكعبات	• ½ poivron rouge doux et frais en cubes
1 طماطم مقشرة و مرجية	• 1 tomate épluchée et râpée
3 فصوص ثوم مرعي	• 3 gousses d'ail râpé
قطعة زنجبيل طازج	• 1 morceau de gingembre frais
فلفل حار طازج حسب الذوق	• 1 piment frais selon le goût
البهارات :	• Epices :
ملح و فلفل أسود	• Sel, poivre
ملعقة صغيرة كمون حب	• 1 c. à c de grains de cumin
نصف رطلية قصير (حشيش) طازجة مفرومة	• ½ bouquet de coriandre fraîche et ciselée
100 غ جبن برمان مشبور	• 100 g de parmesan râpé
1 باذنجان مشوي في الفرن أو مقلي (اختياري)	• 1 aubergine grillée au four ou frite (facultatif)
3 بيض	• 3 œufs
100 إلى 150 ملل حليب	• 100 à 150 ml de lait
رشة جوزة الطيب	• 1 pincée de noix de muscade

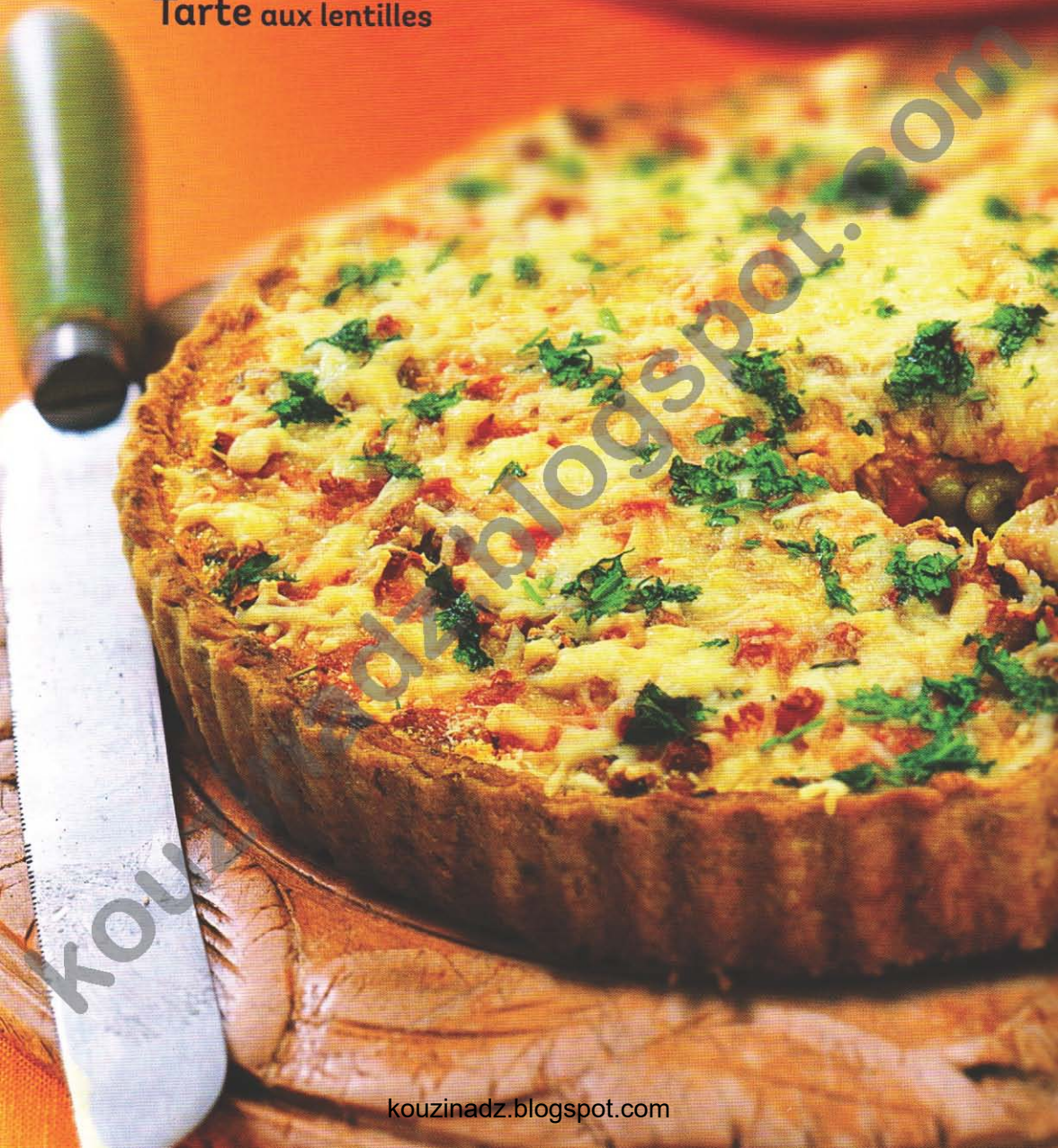
- 1 - العجينة: أخلطي الفريفة مع السكر و الملح و الزبدة و الزيت و أفركيها بين يديك ثم اصنعي حفرة وسط الخليط. أخلطي الماء مع صفار البيض و أسكيبه في الحفرة ثم أجمعي العجينة دون عجنها. ضعي العجينة في كيس بلاستيك و اتركها تتراح في الثلاجة أقل من ساعة.
- 2 - حضري الحشو: غلي العدس مع ورقة الرند حتى يصبح طريا مع المحافظة على شكل الحبات ثم صفيه. في مقلاة قلي حبوب الكمون في زيت الزيتون ثم أضيفي البصل و الملح و الثوم و الزنجبيل و حرري.
- 3 - أضيفي الكرافس و الفلفل الأحمر الحلو و الجزر و قلي جيدا ثم ضعي البهارات و الطماطم الطازجة و القليل من ماء تغلية العدس و اتركي المقلاة على النار حتى تستوي الخضار. أضيفي العدس و ضعي الحشيش الطازج و انزعني من النار.
- 4 - أخلطي الحليب و تلي بالملح و الفلفل الأسود و رشة جوزة الطيب و أضيفي نصف كمية الجبن.
- 5 - سخني الفرن على درجة 200°. أخرجي العجينة من الثلاجة و ضعها فوق الطاولة عمل المرشوشة بالفريفة. لسي القالب بالعجينة و غطيها بورق الطهي و ضعي حبوب الحمص. أدخلي الصينية الفرن لمدة 5 إلى 10 دقائق.
- 6 - أخرجي التارت من الفرن و ضعي حشو العدس ثم رشي الجبن و أرجعي الصينية الفرن لمدة 25 دقيقة. أخرجي الصينية من الفرن و اتركها تبرد.

• أنصح بتغلية العدس ثم تصفيته و الاحتفاظ بالماء لاستعماله في الحشو ليزيد التارت نكهة و قيمة غذائية.

• Il est préférable de bouillir les lentilles puis les égoutter et conserver l'eau de cuisson pour l'utiliser dans la farce afin qu'elle adonne du goût et la valeur nutritionnelle.

تارت العدس

Tarte aux lentilles



العجينة :

- 500 غ فرينة
- 50 غ حليب مجفف
- 3 ملاعق كبيرة زيت الزيتون
- ملعقة صغيرة ملح
- ملعقة كبيرة سانوج
- 340 ملل ماء دافئ أو حليب
- صينية فرن مرشوشة بالفرينة أو مغطاة بورق الخبز
- 1 بيض

الحشو :

- 500 غ جبن الموزارلا
- 200 غ جبن حلوم
- 3 ملاعق كبيرة معدنوس مرجي
- 150 غ زيتون أسود مقطع صغير
- زيت الزيتون لرش الفطائر
- فلفل حار مشوي و مقطع

Pâte :

- 500 g de farine
- 50 g de lait en poudre
- 3 c. à s d'huile d'olive
- 1 c. à c de sel
- 1 c. à s de nigelles
- 340 ml d'eau tiède ou de lait
- Plat au four saupoudré de farine ou couvert de papier cuisson
- 1 œuf

Farce :

- 500 g de mozzarella
- 200 g de fromage haloum
- 3 c. à s de persil ciselé
- 150 g d'olives noires émincées
- Huile d'olive pour arroser les galettes
- Piment grillé et coupé

- 1- أخلطي الفرينة و السانوج و زيت الزيتون و أفركي بين يديك. أضيفي الحليب المجفف و خميرة الخبز و الماء الدافئ تدريجيا ثم الملح و أعجني لمدة 10 دقائق حتى تحصلي على عجينة مطاطية ناعمة و ملساء. عطي العجينة و اتركها تختمر حتى يتضاعف حجمها.
- 2- ضعي العجينة ثم قسميها إلى 8 أو 9 كريات. أبسطي كل كرية على شكل مستطيل رفيع على طاولة عمل مرشوشة بالسמיד الناعم.
- 3- ضعي ملعقتين كبيرتين من حشو الجبن في الوسط و على طول الفطيرة و أبسطي جيدا. أثنى الأطراف دون أن تغطي الحشو و أقرضي الطرفين لتحصلي على شكل قوارب أو باخرة. ادھني الأطراف المقروضة بالقليل من زيت الزيتون.
- 4- سخني الفرن على درجة 200°. أدخل الفطائر الفرن لمدة 25 إلى 30 دقيقة ثم رشي بالقليل من المعدنوس و زيت الزيتون.

Mélanger la farine, la nigelle, l'huile d'olive et frotter entre les mains. Ajouter le lait en poudre, la levure boulangère et l'eau tiède progressivement puis le sel. Pétrir pendant 10 min jusqu'à l'obtention d'une pâte élastique, douce et lisse. Couvrir la pâte et laisser fermenter jusqu'à ce qu'elle double de volume.

Mettre la pâte et la diviser en 8 ou 9 boules. Abaisser chaque boule en forme de rectangle fin sur un plan de travail saupoudré de semoule fine.

Mettre 2 c. à s de la farce du fromage au milieu et sur la longueur de la galette et bien abaisser. Plier les extrémités sans couvrir la farce et pincer les deux extrémités afin d'obtenir la forme de felouques ou de bateau. Badigeonner les extrémités pincées avec un peu d'huile d'olive.

Préchauffer le four à 200°. Enfourner les galettes pendant 25 à 30 min puis parsemer avec un peu de persil et arroser d'huile d'olive.

• أنصح بفرّد العجينة و تشكيلها فوق طاولة العمل المرشوشة بالسמיד الناعم للحصول على فطائر مقرمشة.

• يمكن استعمال حشوات أخرى حسب الذوق.

• Il est préférable d'étendre la pâte et la façonner sur un plan de travail saupoudré de semoule fine pour obtenir des galettes croustillantes.

• Il est possible d'utiliser d'autres farces selon le goût.



فخذ محمر في الفرن

Gigot rôti au four

- فخذ غنمي
- رأس ثوم فصوص
- ملح و فلفل أسود
- كمية من الزبدة لدهن الفخذ
- كوب ماء
- صينية و ورقة ألومنيوم
- 1 gigot d'agneau
- 1 tête d'ail en gousses
- Sel, poivre
- Un peu de beurre pour badigeonner le gigot
- 1 verre d'eau
- 1 plaque couverte de papier cuisson ou aluminium

- 1- Mettre le gigot d'agneau dans un sac plastique et le mettre au congélateur jusqu'à congélation. Il est préférable de congeler le gigot un jour avant.
 - 2- Préchauffer le four à 200°. sortir le gigot du congélateur et l'enlever du sac plastique puis le mettre dans un plat sans aucun assaisonnement puis couvrir d'une feuille aluminium et enfourner pendant 30 à 40 minutes selon la taille du gigot.
 - 3- 30 ou 40 minutes après, sortir le gigot du four, l'inciser avec un couteau et mettre les gousses d'ail, saler et poivrer puis recouvrir d'aluminium et remettre au four à 300° pendant 1 heure ou plus.
 - 4- Après une heure de cuisson, enlever le papier aluminium et badigeonner de beurre le gigot et remettre au four sans couvrir d'aluminium jusqu'à dorure en le surveillant.
- 1- ضعي فخذ الغنمي في كيس بلاستيك و ضعيه في الثلاجة (المجمد) إلى أن يجمد كلياً. يفضل القيام بتجميد الفخذ مسبقاً أي يوم قبل تحضير الوصفة.
- 2- سخني الفرن إلى درجة 200°. أخرجي الفخذ من المجمد و انزعيه من كيس البلاستيك ثم ضعيه في الصينية دون تبشيله و غطه بورق الألومنيوم ثم أدخله الفرن لمدة 30 إلى 40 دقيقة حسب حجم الفخذ.
- 3- بعد مرور 30 أو 40 دقيقة، أخرجي الفخذ من الفرن و شكلي بعض الثقوب باستعمال السكين و أغرزي فصوص الثوم ثم تبلي بالملح و الفلفل الأسود و غطيه بورقة الألومنيوم و أدخله الفرن على درجة 300° لمدة ساعة أو أكثر.
- 4- بعد مرور ساعة من عملية الطهي، أنزعي ورق الألومنيوم و أدهني الفخذ بالزبدة ثم أرجعيه إلى الفرن دون تغطيته بورق الألومنيوم حتى يكتسب لونا ذهبيا.

• يمكن تقديم الفخذ مع الخضار حسب الذوق مشوية بالفرن أو مطبوخة على البخار ثم إضافتها إلى اللحم لتكتمل.

• Le gigot peut être servi avec des légumes au choix, grillés dans le four ou cuits à la vapeur puis rajoutés à la viande pour être aromatisés.



كرنتية

Karantita

500 غ حمص مطحون و منخول

2 لتر و نصف ماء

250 ملل حليب سائل

125 ملل زيت نباتي

3 بيض

2 ملاعق كبيرة ملح

صينية فرن مدهون بالزيت

كمون مطحون

هريسة

500 g de pois chiches en poudre tamisée

2 et ½ litres d'eau

250 ml de lait liquide

125 ml d'huile végétale

3 œufs

2 c. à s de sel

Plat huilé

Cumin en poudre

Harissa

1- أخلطي الحمص المطحون و المغريل مع الماء و اتركه ينقع ليلة كاملة مع الخفق من حين لآخر باستعمال خفاقة يدوية.

2- سخني الفرن على درجة 250°. أخفقي الحمص و الماء مجددا مع إضافة الحليب و الملح و واصلي الخفق بالخفاقة اليدوية.

3- باستعمال ملعقة الغرف، أنزعي الرغوة التي تشكلت على السطح و ضعها في الخلاط الكهربائي مع البيض و أخفقي جيدا حتى تحصلي على قوام رغوي. أمزجي الخليط الأول المتبقي مع الزيت و صبيه في الصينية ثم اسكبي الخليط الرغوي من فوق.

4- أدخل الصينية الفرن مباشرة و بحذر لمدة 30 إلى 40 دقيقة. يمكن تشغيل الشواية في الخمس الدقائق الأخيرة لإعطاء القشرة لونا ذهبيا و لتصبح مقرمشة.

5- أخرجي الكرنيتية من الفرن و رشي الكمون من فوق و قدميها مع الخبز الطويل و الهريسة.

Mélanger les pois moulues et tamisées avec l'eau et laisser mariner une nuit entière en battant de temps à autre à l'aide d'un fouet.

Préchauffer le four à 250°. Batre les pois chiches avec l'eau encore en ajoutant le lait et le sel puis continuer de battre à l'aide d'un fouet.

À l'aide d'une louche, enlever la mousse qui se forme à la surface et la mettre dans le batteur électrique avec les œufs et bien battre jusqu'à l'obtention d'un mélange mousseux. Mélanger le 1er mélange avec l'huile et le verser dans le plat puis verser le mélange mousseux dessus.

Enfourner le plat directement et délicatement pendant 30 à 40 min. Il est possible d'allumer le gril pendant les 5 dernières minutes pour l'obtention d'une surface dorée et croustillante.

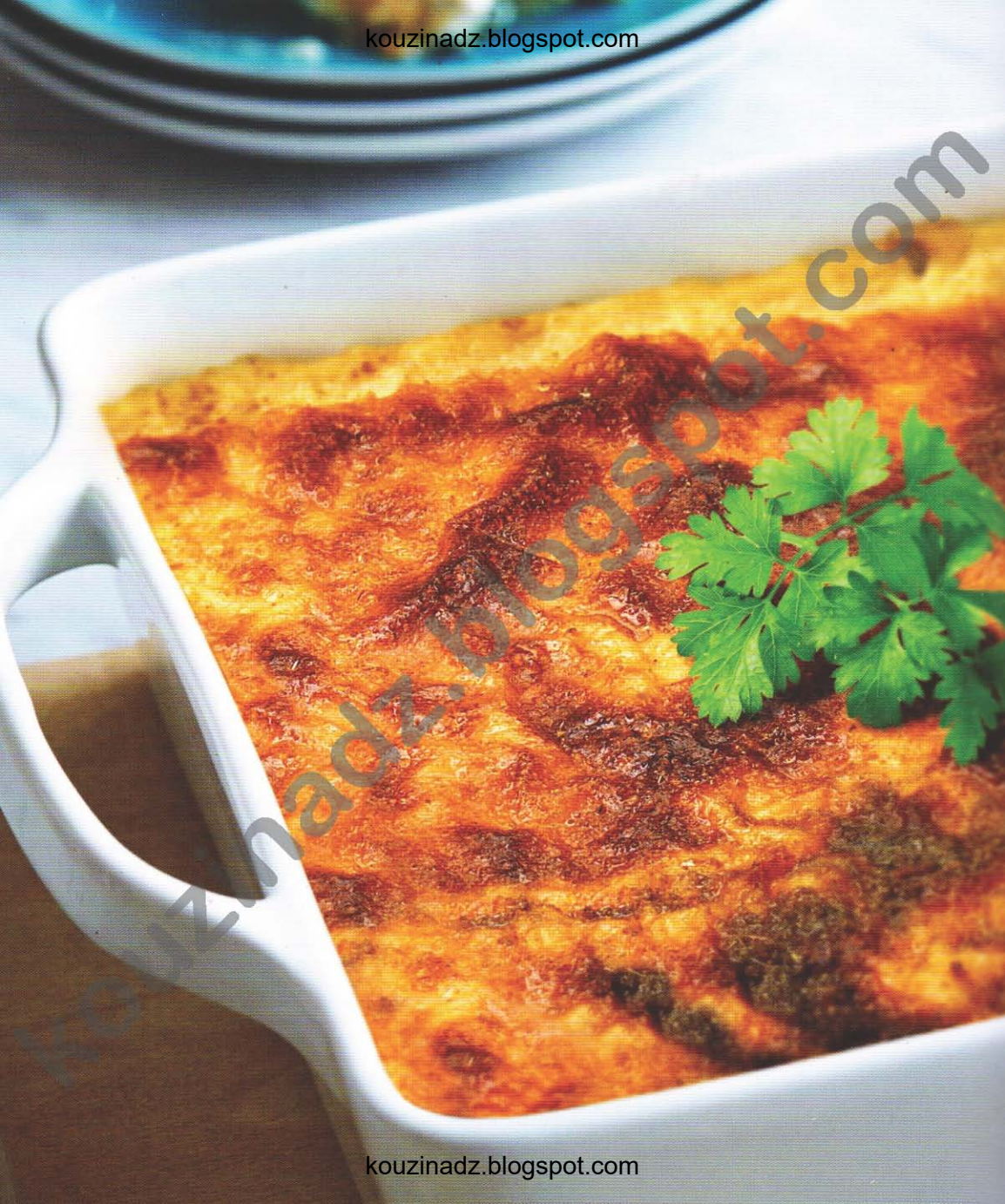
Sortir la karantita du four et la saupoudrer de cumin puis la servir avec les baguettes de pain et la harissa.

• أنصح بالتقيد بالخطوات المذكورة في الوصفة لنجاح الكرنيتية.

• الهدف من إضافة الخليط الرغوي لخليط الحمص و الماء هو الحصول على الطبقة القشرية التي تشبه الكريمة أو الجبن الطري.

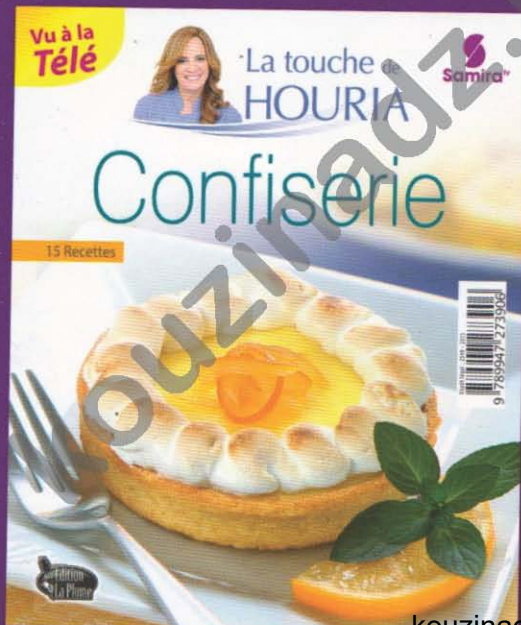
• Il est préférable de respecter les étapes suscitées dans la recette pour réussir la karantita.

• Le but de l'ajout du mélange mousseux au mélange des pois chiches et d'eau est l'obtention d'une couche crémeuse



*Vous trouverez chez votre libraire
dans la même Edition*

kouzinadz.blogspot.com



kouzinadz.blogspot.com

kouzinadz.blogspot.com

أول قناة جزائرية لفن الطبخ و الخياطة



Samira^{tv}

Ça m'ira bien



NILESAT 12418 H 27500

31 شارع وهران محمد براج الكيفان الجزائر
هاتف الفاكس: 00 213 21 21 11 03 - 00 213 21 20 33 99
موبايل: 00 213 556 380 100

kouzinadz.blogspot.com

www.editionlaplume.com
www.tvsamira.com



Vu à la
Télé

kouzinadz.blogspot.com



La touche de
HOURIA

Samira^{TV}

Plats au four

15 Recettes



Dépôt légal : 2550 - 2015



9 789947 273913

Edition
La Plume

kouzinadz.blogspot.com