

ENTREES

SALADE DE RIZ

Plonger les fleurs du chou romanesco (ou brocoli à pomme) dans de l'eau pour les nettoyer (on peut ajouter à l'eau une cuillère de bicarbonate de soude), puis les faire cuire à l'eau. Couper des haricots verts en morceaux de 2-3 cm et les faire cuire également à l'eau.

Laisser refroidir les 2 préparations.

Faire cuire le riz.

Mélanger les haricots verts avec une tomate (épluchée, épépinée et coupée en dés), le riz, un peu d'ail haché, une cuillerée de citron, une cuillerée d'huile d'olive et quelques feuilles de coriandre. Décorer avec les fleurs de chou.

SALADE D'AVOCAT

Saler, poivrer un blanc de poulet et verser dessus un filet d'huile d'olive. Le faire griller et réserver.

Ouvrir un avocat en 2, le dénoyauter et ôter la peau, le tremper dans du jus de citron pour éviter qu'il ne noircisse.

Couper des tomates cerise en 2.

Disposer des feuilles de salade dans une assiette, puis des rondelles de concombre, les demi tomate cerise, un oignon émincé, des cornichons en rondelles, le blanc de poulet coupé en tranches, des lamelles d'avocat.

Décorer avec des olives noires et du persil.

Vinaigrette : huile d'olive+jus de citron+sel

TARTES SALEES

QUICHE AUX TOMATES

Mélanger un oignon haché avec du fromage râpé et de la ciboulette.

Mélanger 4 œufs avec 15 cl de crème fraîche, une cuillerée de lait, du sel et du poivre – verser cette préparation au premier mélange.

Couper les tomates en 2, les saler et les faire dégorger en les retournant, posées sur du papier absorbant pendant 10 min.

Garnir un moule à tarte d'une pâte brisée et la cuire à blanc pendant 10 min. Puis ajouter la préparation et disposer les tomates dessus. Enfourner à 200°. Après cuisson, parsemer la tarte de thym.

QUICHE AUX EPINARDS

Ingrédients :

- 1 pate feuilletée
- 1 poignée d'épinards
- 1 oignon
- 3 œufs
- crème fraîche
- 50g de fromage râpé
- sel
- poivre
- 2 cuillères a soupe d'huile

Préparation :

Fariner le fond du moule y mettre la pate feuilletée piquée avec la fourchette.
Laver les épinards, les couper et les mettre dans une poêle avec 2 cuillères a soupe d'huile.
Laisser cuire 5 minutes, les sortir et remplacer par l'oignon.
Dans un saladier, mettre les épinards avec l'oignon, les œufs. Mélanger le tout et ajouter la crème fraîche, le fromage râpé, le sel et le poivre ; verser la préparation dans le moule.
Mettre dans le four 20 minutes.

CAKE AUX BROCOLIS ET VIANDE HACHEE

Ingrédients :

- 60 g de viande hachée
- ciboulette
- 1 verre de farine
- 10 cl d'huile
- 1 grande cuillère à soupe de levure chimique
- 10 cl de lait
- 3 œufs
- quelques fleurs de brocoli
- ½ cube de bouillon

Préparation :

Emietter le ½ cube de bouillon dans le lait.
Casser les œufs dans un saladier, ajouter l'huile, la ciboulette et mélanger au batteur. Puis ajouter le lait tout en continuant de battre.
Chauffer une cuillère à soupe d'huile d'olive et faire revenir la viande hachée (on peut remplacer la viande hachée par du blanc de poulet, jambon de dinde hallal !!!).
Mélanger la levure chimique à la farine puis la verser à la préparation peu à peu puis ajouter la viande hachée.
Beurrer un moule à cake (un moyen ou un petit), verser la préparation jusqu'à mi hauteur, répartir quelques fleurs de brocoli précuites puis recouvrir de la préparation jusqu'aux ¾ (ne pas remplir jusqu'en haut du moule car avec la levure, le cake va gonfler).
Enfourner à 200°.

CAKE AUX CHAMPIGNONS ET AUX NOIX

Ingrédients :

- 150g de fromage râpé
- 50g de noix
- 200g de champignons
- 2 cuillerées de beurre
- un sachet de levure chimique
- 3 œufs
- 200g de farine
- 10 cl d'huile
- 10 cl d'eau
- une pincée de piment rouge, sel, poivre

Préparation :

Couper les champignons en lamelles et les faire revenir dans une poêle avec le beurre fondu.
Réserver.
Séparer les blancs des jaunes d'œufs. Mélanger les jaunes avec le fromage au batteur.

Hacher les noix (réserver quelques cerneaux...) finement – les mélanger à la farine, levure puis verser ce mélange aux jaunes d'œufs/fromage petit à petit et mélanger à la spatule. Ajouter l'eau et l'huile, puis les champignons, le piment rouge, sel et poivre. Battre les blancs en neige avec une pincée de sel et les ajouter à la préparation délicatement. Beurrer des ramequins ou tout autre moule, verser la préparation jusqu'aux $\frac{3}{4}$ et mettre au centre un cerneau de noix. Enfourner 45 min à 180°.

www.oujda-matoc.com

ENTREES CHAUDES

BRIQUATES A L'ŒUF ET AU FROMAGE

Ingredients :

200g de gouda

2 oeufs durs

1 cuillère à café de persil haché

1 petite cuillère à café d'oignons hachés

sel

poivre

feuille de brick farinée et mélangée avec de l'eau pour coller

Preparation :

Râper les deux oeufs durs ; mélanger avec la fromage le persil l'oignon sel et poivre. Couper les feuilles et mettre la farce. Rouler en cigare et coller.

BATBOT AUX CREVETTES

Ingredients :

pour la pate:

500g de farine

1/2 cuillère à café de sel

1 cuillère à soupe de beurre

2 cuillère à soupe de levure

un peu d'eau

Ingredients pour la farce:

500g de crevettes

500gde tomates

2 cuillères à soupe d'huile

2 petit morceaux d'ail

Préparation de la pate:

Mélanger l'eau tiède, la farine, la levure, le beurre et le sel. Bien travailler la pate jusqu'a obtenir une pate moelleuse ; couper la pate en plusieurs morceaux et les travailler en forme de ronds pas trop épais puis saupoudrer de farine.

Laisser reposer 1 à 2 heures. Faire cuire les deux côtes dans une poêle sèche.

(la farce) éplucher les tomates puis les découper en petits morceaux ; ensuite, les faire frire dans l'huile avec l'ail. Frire les crevettes en ajoutant un peu de sel (selon le goût) (finition) dans chaque petit pain (sur lequel vous aurez mis une fente au milieu) mettre une cuillère à soupe de crevette et mettre la farce dans le pain.

Briouates au cachir

Ingredients :

200g de cachir
100g de gouda
1 oignon
1 poignée d'amandes hachées
sel
feuilles de brick
farine avec un peu d'eau pour coller a la fin

Préparation :

Couper le cachir en morceaux ajoutez l'oignon, le fromage en dés, les amandes hachées et le sel. Mélanger le tout et préparer les feuilles de brick. Mettre le mélange dans les feuilles de brick faire en cigare et coller avec la farine.

BEIGNETS DE COURGETTES

Ingredients :

- 2 courgettes
- 1 oignon
- 50 g de chapelure
- 50 g de feta
- 2 œufs
- persil, coriandre
- sel, poivre

Préparation :

Râper les courgettes, l'oignon et la feta.
Dans un saladier, mélanger le persil, la coriandre, légumes et feta râpés – ajouter la chapelure, et les œufs, mélanger, saler, poivrer. Façonner des beignets.
Chauffer de l'huile et faire frire. Egoutter sur du papier absorbant.

TORTILLA AUX HARICOTS VERTS

Faire revenir des lamelles d'oignons dans de l'huile puis ajouter les haricots verts croquants (environ 500g). Battre 5 œufs avec un peu de lait, du sel, poivre, persil et coriandre et verser sue les haricots.

www.oujda-matoc.com

SANDWICHES

sandwichs aux anchois

Disposer des feuilles de salade sur le pain à hamburger, puis 2 rondelles de tomates, saler,

poivrer. Ensuite, des lamelles de poivron rouge et vert, une feuille de basilic, les anchois préalablement marinés dans de l'huile et du citron, des lamelles d'ail et enfin un filet d'huile d'olive. Recouvrir avec l'autre moitié.

Club sandwiches aux crevettes

Dans une poêle, chauffer un filet d'huile d'olive et faire revenir des crevettes avec du sel, poivre et coriandre.

Dans un petit saladier, faire macérer des rondelles de concombre avec du vinaigre.

Mettre les crevettes dans une assiette et les arroser de jus de citron.

Couper 2 tranches de pain de mie en 2 (on obtient 4 triangles et on peut les passer au grill si on veut) – badigeonner le premier quart de mayonnaise, disposer 3 rondelles de concombre, des crevettes, une cuillerée de crème fraîche, saupoudrer de piment rouge. Remettre une autre tranche de pain de mie avec mayo et les mêmes ingrédients puis 3 feuilles d'aneth et recouvrir de la 3ème tranche. La 4ème tranche servira de décoration en la plaçant sur le côté du sandwich...

Hamburger viande hachée

Mélanger la viande hachée avec un oignon râpé, de la coriandre, sel, poivre, cumin, persil, piment rouge, ail. Faire des galettes.

Dans une poêle, chauffer de l'huile d'olive et faire revenir des rondelles d'oignon et les galettes de viande.

Couper un avocat en 2, le peler, le couper en quartiers et le citronner.

Etaler une couche de mayonnaise sur le pain, mettre des feuilles de salade puis des quartiers d'avocat, une rondelle de tomate, saler, puis des rondelles d'oignon, une galette de viande, des rondelles de radis préalablement citronnés et recouvrir avec l'autre partie du pain.

www.oujda-maroc.com

PLATS

GRATIN DE PATE A LA VIANDE HACHEE

Ingrédients:

250 g de carottes râpées

1 oignon blanc coupé en dés

200 g de fromage râpé

200 g de viande hachée

2 tomates pelées et coupées en dés

1 blanc de poireau coupé en julienne

250 g de pâtes : les grosses coquillettes

250 g de beurre coupé en morceaux

100 g de farine

Tomate concentrée

Béchamel: 30 cl de lait - 1 verre de crème fraîche liquide - 2 gousses d'ail pelées et hachées -

1 noix de beurre

1) Mettez une marmite remplie d'eau pour la cuisson des pâtes. Laissez bouillir et versez les pâtes en pluie. Salez et laissez cuire en remuant de temps en temps. Dès cuisson, les égouttez puis versez dans une terrine. Laissez de côté.

2) Ensuite, dans une sauteuse, déposez une grosse noix de beurre (soit 1 cuil. à soupe) et mettre au feu. Déposez-y les poireaux, puis les carottes. Laissez cuire environ 5-10 min

jusqu'à ce que les légumes soient croquants. Remuez et salez. Dès cuisson, les mettre à refroidir dans une assiette. Réserver.

3) Faites fondre 1 cuil. à soupe de beurre cru dans la sauteuse vide. Faites-y revenir l'oignon puis l'ail haché. Dès que l'oignon devient transparent, ajoutez la viande hachée en mélangeant à la fourchette pour que la viande ne reste pas liée. Salez puis ajoutez les épices et le poivre rouge. Mélangez bien. Ajoutez ensuite les tomates puis 1 cuil à soupe de tomate concentrée. Mélangez bien et laissez cuire à feu doux pendant quelques minutes. Au final, il ne doit pas y avoir de liquide dans la sauce. Dès cuisson, videz la sauteuse dans une assiette et laissez refroidir. Réservez.

4) Préparation de la Béchamel: Faites fondre 1 cuil. à soupe de beurre dans la sauteuse, et mélangez-y 2 cuil à soupe de farine. Mélangez bien. Puis, mouillez petit à petit avec le lait en remuant bien pour ne pas former des grumeaux. Puis, versez la crème (soit 2 verres), assaisonnez de sel et poivre. Remuez jusqu'à ébullition, la sauce doit être épaisse et crémeuse et laissez cuire quelques minutes. Hors du feu, ajoutez 100g de fromage râpé. Puis mélangez bien jusqu'à ce que ça fond. Et videz la sauce béchamel dans une terrine. Laissez refroidir.

5) Poivrez généreusement de poivre rouge, le dessus des 100 g de fromage râpé restants afin de donner une belle couleur à la cuisson. Réservez.

6) Beurrez généreusement un moule ovale ou autre forme qui va directement au four. Versez-y la moitié des pâtes en étalant bien. A l'aide d'une cuillère à soupe, versez un peu de béchamel (j'ai compté, Choumicha en a mis 9 cuil.) Sur le dessus des pâtes. Déposez ensuite tout le mélange "carottes + poireaux" en recouvrant bien la sauce béchamel. Puis, toute la sauce de viande hachée; étalez bien uniformément. Ensuite, de nouveau, versez-y 6 cuil. à soupe de sauce de béchamel (j'ai encore compté... . Puis, versez les pâtes restantes et ensuite, la sauce béchamel restante dessus. Saupoudrez des 100 g de fromage râpé "poivré".

7) Faites cuire à four chaud (170°C, Th. 6) pendant 20 minutes juste le temps que le fromage gratine. Après cuisson, décorez de ciboulette hachée.

Astuce : si la sauce béchamel fait des grumeaux, laissez refroidir et passer-la au tamis... Elle devient liquide.

www.oujda-maroc.com

VIANDES

PAIN DE VIANDE

300 g de viande hachée d'agneau
500 g de viande hachée de boeuf
(on peut remplacer par une autre viande : poulet par exemple)
5 tranches fines de veau fumé
1 oignon coupé en dés
5 oeufs durs cuits et écaillés
100 g d'épinards entiers en branches, lavés et essorés
2 gousses d'ail
2 oeufs crus entiers
1 verre de chapelure de pain
2 cuil. à soupe de coriandre hachée
2 cuil. à soupe de tomates concentrées.

1) Dans une sauteuse bien chaude, versez 2 cuil. à soupe d'huile d'olive. Ajoutez l'oignon.

Mélangez bien. Puis, ajoutez l'ail haché. Puis, versez-y les épinards. Remuez et laissez cuire. Les épinards devront avoir fondu et être tendres. Dès cuisson, laissez refroidir et réserver.

2) Dans une terrine, mettre les 2 viandes hachées. Mélangez et ajoutez la coriandre hachée. Puis, le concentré de tomates qui donnera une belle couleur à la viande hachée. Puis, cassez-y les oeufs et versez la chapelure. Incorporez les épices + sel (1 cuil. à café environ) + gingembre. Mélangez bien en pétrissant à la main pour que tous les éléments soient bien incorporés. Ajoutez-y les épinards cuits et refroidis. Mélangez toujours à la main. Versez-y 2 cuil. à soupe d'huile d'olive (pour que le pain de viande ne doit pas dur une fois cuit) et pétrir à nouveau.

3) Prendre 1 tranche de veau fumé et la couper en dés. Y versez dans le mélange de viande hachée et bien mélanger le tout.

4) Préparez votre moule à cake: beurrez-le et couvrez-le de papier sulfurisé également beurré. (N'hésitez pas à le laisser dépasser dans les côtés, ce sera plus facile pour vous de démouler le pain de viande). Déposez-y les tranches de veau à la verticale en recouvrant tout la surface du moule.

5) Partagez en 2 boules, le pain de viande. Prendre une boule et l'étalez en couche dans le moule. Puis, ajoutez les oeufs durs en donnant une légère pression et en les enfonçant légèrement pas trop pour qu'ils se collent à la viande. Puis, terminez avec la viande restante en étalant bien uniformément. Ensuite, recouvrez le dessus du moule d'une feuille d'aluminium pour éviter de brûler le pain de viande.

7) Prendre une terrine en porcelaine (plus grande que le moule), la remplir à moitié d'eau.



😊 Déposez le moule à cake dans la terrine remplie d'eau et mettre au four à 180°C (Th. 6/7) et faites cuire pendant 1h 30 voire 2 h.

9) Après cuisson, laissez refroidir et démoulez dans un joli plat. Décorez le dessus du pain de viande de tranches de citrons et de ciboulette hachée et servir avec de la salade + tomates ou avec des pâtes aux légumes par exemple.

RFISS

Ingredients :

1 poulet de 2 kg
1/4 de kg de lentilles
1/2 cuillère à café de sel
1 peu de safran
1/2 cuillère à café de poivre
1 verre de thé d'huile
smen (du beurre)

pour la pate :

1kg de farine
1 cuillère à café de sel
eau suffisante pour pétrir la pate

Preparation :

Mettre la farine en fontaine dans une terrine. Ajouter le sel et arroser d'eau petit à petit ; mélanger et pétrir jusqu'à obtention d'une pate molle. Faire des boulettes et les aplatir avec

les doigts jusqu'à ce qu'ils prennent une forme rectangulaire ou ronde. Cuire dans une poêle chaude, sans la dorer en rghaifs cuit ; couper-les en quatre à l'aide de ciseaux

(préparation du poulet)

Bien laver le poulet entier. Poser le dans une marmite et ajoutez l'oignon haché, le sel, le poivre, le safran, le (smen) beurre et un litre d'eau. Cuire pendant une heure. Au bout de la cuisson, ajouter les lentilles et ôter le couvercle de la marmite. Ajouter un peu d'eau et laisser mijoter jusqu'à ce que la cuisson soit complète : chauffer les rghaifs dans le haut du couscoussier au bain marie jusqu'à la vapeur s'échappe. Dans un plat, poser les rghaifs, mettre le poulet et la sauce aux lentilles.

www.oujda-maroc.com

DELICES AU KEFTA

Pâte :

- 500g de farine
- 60g de beurre
- 1/4 de litre de lait légèrement tiède
- 1 petite cuillère de sucre en poudre
- 1 petite cuillère de levure de boulanger
- 1 pincée de sel

Farce :

- 100g de Kefta
- 4 carottes râpées
- 2 courgettes râpées
- 1 oeuf
- 40g de fromage râpé
- 2 oignons coupés en petits morceaux
- 1/2 cuillère à café de noix de muscade
- 1/2 cuillère à café de gingembre
- poivre et sel selon les goûts de chacun

1/ Pour faire la pâte, versez tout les ingrédients en commençant par la farine et en terminant par le lait. Bien travaillez le tout jusqu'à obtenir une pâte souple. Pour faciliter le travail divisez cette dernière en 3 ou 4 morceaux que l'on va laisser reposer mais surtout gonfler.

2/ Dans une poêle, faire revenir les oignons, quand ils commencent à dorer, versez les légumes râpés. Vous assaisonner, au bout d'une minute versez la Kefta.

Lorsque vous jugerez que la viande est cuite, vous verserez le fromage râpé et vous mélangerez pendant quelques secondes.

Ensuite vous verserez la farce dans un saladier pour la laisser refroidir. Lorsqu'elle est encore tiède ajoutez un oeuf et bien mélanger.

3/ Etaler la pâte au rouleau sur un plan fariné et à l'aide d'un verre à eau ou d'un bol (Selon les appétits), découpez des cercles (Comptez 2 cercles par personnes).

Déposez la farce au milieu de la pâte et recouvrir du second cercle de pâte, bien refermer les bords avec une fourchette sans trop appuyer.

Dorez le dessus avec du jaune d'oeuf.

4/ Beurrez un plat allant au four et disposez les délices de Kefta tout en laissant un espace pour que la pâte puisse gonfler tranquillement. (Th 6/7).
Faites attention car au bout de quelques petites minutes c'est prêt !

5/ Dégustez chaud ou tiède sur un lit de salade verte en entrée ou plat principal à votre guise

www.oujda-maroc.com

VIANDE AUX POIS CHICHES ET RAISINS

Ingrédients :

1,5kg de viande de bœuf, raisins blonds, pois chiches trempés, riz, ail, sel, poivre, cannelle, gingembre, curcuma, huile d'arachide, huile d'olive, eau

Préparation :

Mélanger les épices avec un peu d'eau et y faire macérer les morceaux de viande.
Dans une cocotte, chauffer ½ verre d'huile d'arachide et ½ verre d'huile d'olive et faire revenir de l'ail en morceaux, la viande puis mouiller d'eau jusqu'à recouvrir la viande, fermer la cocotte et cuire jusqu'à mi-cuisson.

Mettre les pois chiche dans un espèce de torchon blanc (propre bien sûr), fermer en formant une bourse mais ne pas trop serrer ; faire de même pour le riz et les raisins.

Lorsque la viande est à demi cuite, déposer les bourses dans la cocotte, refermer et laisser cuire.

www.oujda-maroc.com

FILET D'AGNEAU ROULE DANS LA PATE FEUILLETEE

Ingrédients :

- un filet d'agneau
- cumin, sel, poivre
- persil et coriandre hachés
- huile
- une pâte feuilletée carrée

Préparation :

Farcir le filet des herbes, cumin, sel et poivre. L'enrouler et le ficeler comme un rosbeef et le saupoudrer de cumin.

Faire chauffer un peu d'huile dans une poêle et y faire dorer le filet quelques minutes. Le laisser refroidir.

Etaler une bande de pâte feuilletée, y placer le filet refroidi, enrouler et bien souder.

Beurrer un plat à four, y déposer le filet et piquer au bas de la pâte.

Avec le reste de pâte feuilletée, faire des décorations (par ex, des petites feuilles) et déposer sur le dessus du filet.

Enfourner et vérifier la cuisson en piquant la pâte en bas ; un liquide blanc doit sortir, il ne doit pas être rouge. ¼ d'heure avant la fin de la cuisson, badigeonner la pâte de jaune d'œuf et laisser dorer.

On peut servir avec une salade par ex.

FOIE MARINE

Ingrédients :

- une grande tranche de foie
- un oignon
- 2 cuillères à soupe de jus de persil
- un poivron rouge mixé avec son jus
- huile, sel, poivre

Préparation :

Mélanger le poivron rouge mixé avec le jus de persil, sel, poivre, une cuillerée d'huile. Plonger la tranche de foie dans ce mélange et laisser mariner.

Chauffer de l'huile dans une poêle et faire revenir un oignon en lamelles.

Faire griller les tranches de foie quelques minutes puis la couper en morceaux de 3-4 cm de long. Les ajouter à l'oignon et faire revenir encore quelques minutes.

Faire revenir la sauce (dans laquelle le foie a mariné) dans une poêle.

Dresser le foie avec l'oignon et décorer avec la sauce.

BLANC DE DINDE AU FOUR

Ingrédients :

- un blanc de dinde (1,5kg environ)
- de la crépine
- ail
- persil, coriandre haché
- carottes
- 1 cuillère à soupe de tomate concentrée
- huile d'olive
- sel, poivre, gingembre

- haricots verts (environ 500g)
- oignon
- persil et coriandre hachés
- huile d'olive
- sel, poivre

Préparation :

Faire des incisions dans le blanc de dinde et y insérer des morceaux de crépine, le retourner et poser sur une assiette.

Farce : Mélanger la tomate concentrée avec 2 cuillères à soupe d'huile, de l'ail haché, 2 cuillères à soupe d'eau, le persil, coriandre, poivre, gingembre, sel.

Huiler un plat à four, y déposer le blanc de dinde et le badigeonner de la farce. Mettre tout autour des bâtonnets de carottes assez fins préculs et enfourner à 180°

Faire revenir des lamelles d'oignon dans 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, y faire dorer les haricots verts préculs (mais croquants), saler, poivrer et faire revenir à feu doux 10 min. ajouter persil et coriandre hors du feu.

Découper le blanc de dinde en tranches et dresser avec les carottes et haricots verts.

BLANC DE DINDE ET POMMES DE TERRE SAUTEES

Ingrédients :

- 400g de blanc de dinde
- 10 olives noires
- le jus d'un citron
- ail
- persil et coriandre hachés
- huile d'olive, sel, poivre, eau

- petites pommes de terre
- persil haché
- huile d'olive, sel, poivre

Préparation :

Mélanger le jus de citron avec le sel, poivre et y faire macérer le blanc de dinde découpé en morceaux environ 15 min.

Chauffer une cuillère à soupe d'huile d'olive, ajouter l'ail en morceaux, les morceaux de dinde, un verre d'eau, couvrir et laisser mijoter. En fin de cuisson, ajouter le jus de citron, persil, coriandre et les olives noires coupées en 2.

Chauffer une cuillère à soupe d'huile d'olive et y faire dorer les pommes de terre préalablement cuites à l'eau, le persil, poivre et sel.

Dresser les morceaux de dinde avec les pommes de terre.

PATES

GRATIN DE TAGLIATELLES

Ingrédients :

- 500g de tagliatelles
- 10cl de lait
- 4 œufs
- 2 cuillérées de beurre
- 2 cuillérées d'huile
- 200g de fromage râpé
- feuille de laurier, sel, poivre
- raisins secs blonds

Préparation :

Porter l'eau à ébullition avec du sel et 2 feuilles de laurier, plonger les tagliatelles puis les égoutter, mettre dans un saladier et ajouter le beurre, mélanger. Verser dans un plat à four. Dans un autre saladier, battre le fromage râpé avec les œufs, sel, poivre ; verser le lait petit à petit tout en continuant de battre.

Répartir les raisins sur les tagliatelles puis verser la préparation. Laisser macérer 10 min puis enfourner.

www.oujda-maroc.com

LEGUMES

POMMES DE TERRE DUCHESSE

Ingrédients :

- purée de pomme de terre
- 3 jaunes d'œufs
- 2 cuillérées de crème fraîche
- 2 cuillérées de fromage râpé
- sel, poivre, piment rouge

Préparation :

Cuire 4 pommes de terre à l'eau – les éplucher et les réduire en purée. Mélanger aux jaunes d'œufs, crème fraîche, fromage râpé, sel, poivre.
Chemiser une plaque à pâtisserie d'une feuille de papier sulfurisé et faire des pommes de terre duchesse à l'aide d'une poche à douille. Les saupoudrer de piment rouge et enfourner à 200°.

POMMES DE TERRE AU FOUR

Ingrédients :

- 4 pommes de terre
- 2 cuillères à soupe de beurre fondu
- poivre, sel
- ½ cuillère à soupe d'huile d'olive

Préparation :

Couper les pommes de terre épluchées en 2. Les entailler sur tout le côté bombé, les disposer sur un plat allant au four.
Mélanger le beurre et l'huile et badigeonner les pommes de terre.
Saler, poivrer, enfourner 40 min à 200°.

www.oujda-maroc.com

TARTES / GATEAUX / DESSERTS

TARTE TATIN AUX PECHES

Ingrédients :

- 350 g de pâte feuilletée
- 4 pêches
- 1 verre de sucre glace
- 1 verre de beurre
- 1 sachet de sucre vanille

Préparation :

Couper les pêches en 2 et les dénoyauter.

Beurrer un moule à manqué, le saupoudrer du sucre vanille – verser le sucre glace et répartir le beurre coupé en morceaux. Déposer les demi pêches (côté bombé au dessus), recouvrir de la pâte feuilletée puis enfourner environ 30 min à 180 °.

www.oujda-maroc.com

TARTE AU CITRON

Ingrédients :

Pâte

- 100 g de beurre
- 150 g de sucre
- 1 œuf
- 1 pincée de sel
- 250 g de farine

Crème

- 2 œufs
- 4 jaunes d'œufs
- 100 g de jus de citron (environ 6 citrons)
- 125 g de sucre
- 80 g de beurre
- 1 cuillère de maïzena

Préparation :

Pour la pâte :

Dans un saladier, travailler le sucre et le beurre au batteur électrique jusqu'à obtention d'une pommade – ajouter l'œuf et le sel tout en continuant de battre puis la farine (toujours en battant) – former une boule et l'entreposer au réfrigérateur.

Pour la crème :

Dans une casserole, chauffer le jus de citron et la moitié du sucre.

Dans un saladier, battre les œufs avec le sucre restant – ajouter la maïzena puis verser cette préparation dans la casserole et remuer à feu doux jusqu'à épaississement. Hors du feu, ajouter le beurre et bien l'incorporer. Laisser refroidir.

Préchauffer le four à 180°

Garnir un moule à tarte de la pâte – la piquer avec une fourchette et l'enfourner 20/25 min. Puis démouler et déposer la pâte dans un plat. La garnir de la crème et bien étaler. Décorer avec des quartiers de citron (préalablement marinés dans du sirop : eau+sucre) puis entreposer au réfrigérateur.

TARTE A L'ORANGE

Ingrédients :

- La pâte

- 200 g de farine
- 140 g de beurre
- une pincée de sel
- une cuillère à soupe de sucre
- 1 œuf
- 1 cuillère à soupe d'eau froide

- La crème pâtissière

- ¼ litre de lait
- zeste et jus d'orange
- 3 jaunes d'œufs
- 90 g de sucre
- 15 g de maïzena
- 10 g de farine

- La crème d'amande

- 30 g de beurre
- 30 g de poudre d'amande
- 1 blanc d'œuf

- Décor

- purée d'abricot
- 2 cuillerées de fondant blanc
- colorant orange
- zeste d'orange
- quartiers d'orange

Préparation :

La pâte :

Dans un saladier, mélanger la farine, le sucre, sel et le beurre mou avec les doigts puis ajouter l'œuf et bien mélanger afin de rassembler la pâte (ajouter un peu d'eau si nécessaire). Former une boule, l'envelopper dans du film transparent et l'entreposer au réfrigérateur pendant 30 min.

La crème pâtissière :

Porter le lait à ébullition avec le zeste d'orange râpé.

Dans un saladier, mélanger les jaunes d'œufs et le sucre (en laisser 1 cuillère à soupe pour la crème d'amande) au batteur jusqu'à blanchissement, puis ajouter la farine et la maïzena. Incorporer le lait petit à petit tout en continuant de battre. Remettre cette préparation dans la casserole et porter sur feu doux jusqu'à épaississement de la crème. Puis verser dans le saladier, ajouter le jus d'orange et mélanger. Remettre dans la casserole et reporter à feu doux quelques minutes. Verser dans le saladier.

La crème d'amande :

Battre le blanc en neige puis ajouter le beurre, la cuillère à soupe de sucre, la poudre d'amande tout en continuant de battre.

Incorporer cette crème d'amande à la crème pâtissière et mélanger. Laisser refroidir.

Etaler la pâte et garnir le moule à tarte – la piquer à la fourchette et la faire cuire à blanc 10 min. Puis la badigeonner de blanc d'œuf avec un pinceau et y verser la préparation. Enfourner 15 min.

Démouler la tarte, la badigeonner de purée d'abricot.

Faire fondre le fondant au bain-marie puis ajouter le zeste d'orange et le colorant- verser sur la pâte. Décorer avec des quartiers d'orange.

www.oujda-maroc.com

GATEAU MOUSSE CHOCOLAT MOUSSE BANANES

*pour la génoise :

- 2 oeufs
- 60 g de sucre
- 60 g de farine

* la mousse au chocolat :

- 200g de chocolat
- 100g de beurre
- 3 jaunes d'oeufs
- 20g de sucre glace

* la mousse de bananes

- 4 bananes
- 50 à 70g de sucre glace (selon le goût)
- 3 blancs d'oeufs
- le jus d'un citron
- 4 feuilles de gélatine
- 20cl de crème chantilly
- alors là, je ne sais pas ce que c'est : elle a mis une grande cuillère de "malba hab mlouk" (c'est une espèce de pâte rouge, elle a dit que ça permet à la banane de ne pas noircir et de donner une jolie couleur...)

* le décor :

- des écorces de citron confits
- des pistaches concassées
- des amandes effilées

1)Préparer la génoise :

Battre les oeufs avec le sucre pendant 10 min jusqu'à blanchissement de l'appareil puis ajouter la farine. Cuire la pâte sur plaque, sur feuille de papier sulfurisé graissée pendant 10 à 15 min à four chaud (180°). Laisser refroidir.

2)La mousse au chocolat :

Faire fondre le chocolat et le beurre au bain-marie. Battre le sucre glace avec les jaunes d'oeufs et ajouter ce mélange au chocolat/beurre fondus.

Dans un cadre rond en inox, disposer la génoise et napper le fond du cadre de mousse au chocolat jusqu'à mi-hauteur et mettre au frais le temps que ça prenne : au congélateur 1/2 h à 1 heure, au réfrigérateur pendant plusieurs heures...

3)La mousse de bananes :

- Eplucher et couper les bananes en morceaux, y ajouter le jus de citron, le "malba hab mlouk", mixer.
- Tremper les feuilles de gélatine dans l'eau le temps qu'elles se ramolissent puis les chauffer

quelques minutes. Les rajouter aux bananes mixées et laisser refroidir.

- Battre les blancs en neige avec le sucre glace puis ajouter la crème chantilly puis le mélange bananes mixées... bien mélanger et verser cette mousse sur le gâteau (sur la mousse au chocolat), étaler à la spatule et remettre au frais.

Enfin décorer le gâteau avec les pistaches, amandes et citrons confits...

Pour la gélatine, vous pouvez la remplacer par la poudre d'agar (c'est à base d'algues)

www.oujda-maroc.com

CAKE AUX POIRES

Façon Tatin

Ingrédients:

180 g de sucre glace
150 g de beurre coupé en morceaux
3 oeufs
300 g de farine
1 sachet de levure chimique
1/2 sachet de sucre vanillé
80 g d'amandes grillées et broyées moyennement
4 poires pelées et coupées en tranches fines

Décoration : 2 cuil. À soupe de raisins secs - 1 cuil à café de cannelle - 2 cuil. À soupe de beurre coupé en dés - 2 cuil. À soupe de sucre cristallisé - 3 cuil. À soupe de jus de citron

1) Dans une sauteuse, faites revenir 2 cuil. À soupe de beurre, puis versez le sucre cristallisé. Remuez. Mettre la cannelle. Puis ajoutez les poires coupées en tranches fines. Arrosez de jus de citron. Laissez cuire et caraméliser à feu doux. Après cuisson, laisser refroidir.

2) Dans une terrine, cassez 3 oeufs entiers et ajoutez le sucre glace. Ajoutez le sucre vanillé. Mélangez au batteur électrique jusqu'à ce que le mélange blanchisse, soit lisse et homogène.

3) Puis ajoutez-y la moitié des 150 g de beurre coupé en morceau. Mélangez de nouveau au batteur électrique.

4) Ajoutez le reste du beurre et mélangez encore au batteur électrique.

5) Versez la levure chimique sur la farine tamisée. Puis versez celle-ci à la pâte. Mélangez bien pour obtenir une pâte homogène sans grumeaux.

6) Prendre 3 cuil. À soupe du sirop où les poires ont cuit et les verser sur la pâte. Ceci lui donnera une couleur brune. Bien mélanger. Réservez.

7) Préparer votre moule rond de préférence : beurrez-le. Tapissez le fond du moule, d'une moitié de tranches de poires caramélisées. Ensuite saupoudrez de quelques raisins secs, puis d'amandes broyées. Et, versez le reste des poires, puis enfin versez le sirop caramélisé.



Saupoudrez de nouveau de raisins secs restants, puis des amandes restantes.

9) Versez la pâte dessus en étalant bien.

10) Faites cuire au four 180°C (th. 6) pendant 40 à 55 min.

11) Après cuisson et refroidissement complet du cake, retournez-le délicatement et décorez le dessus caramélisé, d'amandes émondées.

12) Bon appétit !!

www.oujda-maroc.com

CHAUSSENS AUX POMMES

Ingrédients:

Pour la pâte : 200 g de farine - 50 g de maïzena - 80 g de beurre coupé en morceaux - 1 oeuf
- 80 g de sucre glace

Pour la décoration : 4 belles pommes pelées et coupées en tranches fines - un peu de cacahouètes grillées et broyées moyennement - un peu de raisin sec
+ 25 g de beurre - 3 cuil. À soupe de sucre - 1/2 c à café de cannelle en poudre

1) Préparation de la pâte :

Mettre la maïzena dans une terrine et incorporez-y le beurre coupé en morceaux. Travaillez à la main jusqu'à ce que le mélange soit lisse. Ajoutez le sucre glace; mélangez bien puis cassez-y un oeuf. Bien mélangez puis incorporez petit à petit la farine. La pâte doit être lisse et homogène. Laissez reposer 1 heure au frigo.

2) Entre temps, faite revenir 25 g de beurre dans une sauteuse + les 3 cuil. À soupe de sucre. Mélangez bien. Incorporez 1/2 cuil à café de cannelle. Remuez. Puis incorporez les pommes coupées en tranches fines. Mélangez et remuez jusqu'à ce qu'à la cuisson des pommes et que ça caramélise. Après cuisson, videz dans une assiette et laissez complètement refroidir. Sinon, la pâte se déchire si les pommes sont chaudes.

3) Sortez la pâte du frigo. L'étalez au rouleau sur la table farinée. A l'aide d'un emporte pièces, découpez des ronds de pâte. On peut également découper des carrés de pâte qui, au final, nous donnera des chaussons à la forme triangulaire (comme les bricks).

4) Déposez 1 cuil. à café de pommes cuites + le sirop de caramel + pincées de cannelle au milieu du rond ou de carré de pâte. Ajoutez quelques pincées de cacahouètes grillées. Laissez un petit bord. Repliez le cercle ou le carré en 2 pour former le chausson. Appuyez tout autour avec les dents d'une fourchette pour coller les bords, sans les écraser.

5) Dorez avec un pinceau trempé dans du jaune d'oeuf battu et décorez le dessus d'amandes effilées.

6) Faites pareil avec les autres ronds ou carrés de pâte en alternant à chaque fois un mélange "pommes + sirop + pincées de cacahouètes" et un mélange "pommes + sirop + grains de raisins secs". Ensuite, enfournez dans un plateau beurré allant au four (th. 6) jusqu'à ce que les chaussons cuisent et prennent une jolie teinte dorée.

7) Les chaussons sont délicieux dégustés tièdes.

www.oujda-maroc.com

SOUFFLES AUX PECHES

Ingrédients :

- 1 kg de pêches
- 100 g de sucre
- 1 jaune d'œuf
- 4 œufs
- 2 cuillères à soupe de sucre
- 20 cl de crème liquide

Préparation :

Coulis de pêches : éplucher les pêches, les couper en morceaux et les mixer avec 50 g de sucre et un jaune d'œuf. On obtient un coulis.

Séparer les blancs d'œufs des jaunes. Mélanger au batteur électrique les jaunes avec les 50 g de sucre restant.

Meringue : Dans une marmite, porter de l'eau à ébullition. Ajouter une pincée de sel aux blancs d'œufs et poser le saladier au dessus de la marmite. Monter les blancs en neige sur feu doux et ajouter les 2 cuillères à soupe de sucre tout en battant.

Crème chantilly : fouetter la crème liquide

Dans un grand saladier, mélanger le coulis avec les jaunes d'œufs - ajouter la meringue puis la crème chantilly délicatement.

Entourer des ramequins de papier alu en le laissant déborder en haut de 1 à 2 cm et scotcher la fermeture. Les garnir de la préparation jusqu'en haut du papier alu afin d'obtenir des soufflés bien gonflés. Les entreposer au réfrigérateur 4 à 5 h. Décorer avec des fraises, quartiers de pommes...

Enlever le papier alu au moment de servir car les soufflés risqueraient de fondre si on laisse trop longtemps à température ambiante .

www.oujda-matoc.com

SOUFFLES AU CITRON

Ingrédients :

- 3 œufs
- zeste et jus de citron (2)
- 200 g de sucre (100g + 100g)
- 50 g de pistaches
- 2 ½ feuilles de gélatine
- 20 cl de crème liquide
- 4 cuillérées d'eau

Préparation :

Faire tremper les feuilles de gélatine dans l'eau.
Séparer les blancs des jaunes.

Meringue : monter les blancs en neige avec une pincée de sel au bain-marie sur feu doux – ajouter 100 g de sucre tout en battant

Battre les jaunes avec les 100g de sucre restant, le zeste de citron, le jus et la gélatine.

Crème chantilly : fouetter la crème liquide

Ajouter au mélange jaune d'œufs, la meringue puis la crème chantilly délicatement.

Même principe que pour les soufflés aux pêches : enrouler des ramequins de papier alu..., les garnir et entreposer au réfrigérateur.

Décorer avec des pistaches (ou cacahuètes) pilées...

www.oujda-maroc.com

BRICK AUX POIRES

Ingrédients :

- 1 jaune d'œuf
- 1 jus de citron
- noix concassées
- 1 poire
- 2 feuilles de brick
- sucre
- raisins secs
- beurre fondu
- fromage blanc

Préparation :

Eplucher la poire et la couper en lamelles. Les plonger dans le jus de citron.

Beurrer une feuille de brick avec un pinceau – superposer l'autre feuille et la beurrer aussi.

Garnir au centre de 4 lamelles de poire, les saupoudrer de sucre glace – ajouter 1 cuil à soupe de noix, quelques raisins secs, 1 cuil à soupe de fromage blanc. Badigeonner de jaune d'œuf tout autour et replier afin de former un carré.

Beurrer un plat à four, déposer le carré de brick, le badigeonner de beurre fondu et enfourner jusqu'à dorure.

Servir avec une crème anglaise.

www.oujda-maroc.com

GATEAU MERINGUE ET CAMELISE

Ingrédients :

- 60 cl de lait
- 50 g de sucre
- 3 cuillères à soupe de chapelure
- 2 jaunes d'œufs
- 3 abricots écrasés en purée

Meringue : 2 blancs d'œufs, 50 g de sucre, un peu de sucre glace

Préparation :

Dans une casserole, mettre le sucre et porter sur feu doux – remuer jusqu'à caramélisation. Hors du feu, ajouter le lait, remuer. Remettre sur feu doux quelques minutes. Hors du feu, ajouter la chapelure et laisser reposer ½ heures.

Ensuite, ajouter les jaunes d'œufs et battre au fouet.

Beurrer un plat à four, verser la préparation et enfourner ½ heures.

Ensuite, étaler les abricots écrasés sur le gâteau.

Préparer la meringue : monter les blancs en neige avec une pincée de sel, puis verser le sucre tout en battant.

Disposer cette meringue sur le gâteau (ne pas étaler), saupoudrer de sucre glace avec une passette et enfourner 30 min.

www.oujda-matoc.com

CAKE AUX FRUITS ET CREME ANGLAISE

Ingrédients :

la pâte :

- 150 g de sucre glace
- 150 g de beurre en morceaux
- 200 g de farine mélangée à la levure chimique (1 cuil à soupe)
- 4 œufs battus

la crème anglaise :

- 1/4l de lait
- 1 gousse de vanille fendue en 2
- 4 jaunes d'œufs
- 80 g de sucre

Les fruits : ½ pomme épluchée et coupée en morceaux

½ poire épluchée et coupée en morceaux

1 cuil à soupe de confiture

100 g d'abricots secs coupés en morceaux

100 g de raisins secs blonds coupés en morceaux

1 cuil à soupe de farine

Préparation :

la pâte :

Mélanger le sucre glace et le beurre – ajouter peu à peu la farine puis les œufs battus, bien mélanger...

Mélanger les morceaux de pomme et de poire dans un saladier avec la confiture.

Dans un autre saladier, mélanger les abricots, les raisins et la farine. Incorporer ce mélange à la pâte.

Beurrer et fariner un moule à cake. Verser la moitié de la pâte puis le mélange pomme/poire, enfin recouvrir du reste de pâte.

Enfourner 1h.

*la crème anglaise :

Dans une casserole, verser le lait et les graines de vanille – porter à ébullition.

Dans un saladier, mélanger les jaunes d'œufs et le sucre au batteur, puis incorporer le lait (le filtrer avec une passoire). Reverser dans la casserole et reporter à ébullition tout en remuant.

Servir le cake avec la crème.

GALETTE AUX DATTES ET CACAHUETES

Ingrédients :

- 2 cercles de pâte feuilletée
-
- farce : 100g de dattes, 150g de cacahuètes
-
- crème pâtissière : 12 cl de lait, un jaune d'œuf, 50g de sucre, 20g de maïzena, 20g de beurre
-
- nappage : 2 cuillères à soupe d'eau, confiture d'orange

- dorure : un jaune d'œuf

Préparation :

Préparer la crème pâtissière : mélanger le jaune d'œuf avec le sucre au fouet, puis ajouter la maïzena, le lait. Verser dans une casserole chaude et faire bouillir à feu doux tout en remuant jusqu'à épaississement. Puis hors du feu, mettre le beurre, remettre sur feu doux quelques minutes, puis continuer à mélanger hors du feu jusqu'à ce que la crème absorbe le beurre.

Mélanger les dattes dénoyautées et coupées en petits morceaux avec les cacahuètes concassées, puis ajouter la crème pâtissière.

Poser un cercle de pâte feuilletée sur une plaque sulfurisée, la piquer à la fourchette et garnir de la farce. Badigeonner le tour du disque avec du jaune d'œuf et poser le 2ème cercle par-dessus. Souder avec les doigts, poser un cadre rond en inox dessus, appuyer et découper tout ce qui dépasse.

Dorer la galette au jaune d'œuf, faire des incisions en guise de décor puis enfourner.

Après cuisson, chauffer l'eau avec la confiture et napper la galette.

Ghorebia

750 g de farine
400 g de sucre
250 g d'amandes moulues
2 sachets de levure chimique
1/2 litre d'huile
de la cannelle et du sel

Dans un saladier mettre la farine, le sucre, la levure et un peu de cannelle 1/2 cuillère à café et 1/2 cuillère à café de sel et les amandes moulues. Bien mélanger et verser l'huile puis pétrir. Faire des boules et mettre dans un plat avec papier sulfurisé. Cuire 20 minutes à 170° . Ne pas ouvrir le four

PETITS GATEAUX AUX AMANDES

Ingrédients :

Pour la pâte : 200g de farine, 100g de sucre glace, 100g de beurre, 1 œuf, une pincée de sel

Pour la farce : 250g d'amandes, 125g de sucre glace, cannelle

Décor : un œuf, clou de girofle

Préparation :

La pâte : mélanger tous les ingrédients ensemble, lier avec l'œuf, pétrir quelques minutes, former une boule et réserver.

La farce : Mixer les amandes avec le sucre glace et former un boule.

Etaler la pâte, la découper en petits rectangles avec une roulette. Prendre un rectangle, déposer dessus une petite boule allongée de farce, rouler et mettre au dessus un clou de girofle. Déposer sur une plaque avec papier sulfurisé, dorer à l'œuf et enfourner à 180°

Makrout

Ingrédients:

* Pour la pate

- Un vert de huile de table
- Un vert d'eau de fleur d'oranger
- Un vert de sucre semoule
- 1 Sachet de levure chimique
- Une cuillerée a soupe de beurre
- Zeste de citron
- Farine

* Pour la farce

- 100 g de noix gratines au four et finement moulus
- 100 g d'amandes mondées et gratines au four
- 100 g de noix d'arachide gratines au four
- 2 oeufs
- Une cuiller a soupe de beurre
- Cannelle
- Un peu de gomme arabique.

Mélangez tous les ingrédients de la pate la couvrir et la faire rentrer au frigo.

Pour la farce on mélange également tous les ingrédients et on forme des bâtonnets qu'on pose sur un morceau de pâte coupe sous forme rectangulaire, en suite on les couvre avec un deuxième morceau de pate, a l'aide d'un couteau on coupe les bords des bâtonnets couverts et enveloppes de pate, en fin on coupe notre makrout en losange et on le fait rentrer au four. Une fois retiré du feu, saupoudrez votre Makrout de sucre glace.

ROKO (beignet de Al hoceima)

Ingrédients:

3 oeufs
100g Sucre glace
1 sachet de sucre vanille
1 sachet de levure chimique
1/2 sachet de levure boulangère, ou 1/2 cube de levure fraîche
2 cuillères à soupe d'anis
15 cl d'huile
15 cl de jus d'orange
de la farine

Préparation:

- Mettez les oeufs dans un grand saladier puis mélangez les bien.
- Ajoutez-y le sucre glace, l'huile, le jus d'orange, l'anis, la levure boulangère, la levure chimique.
- Ajoutez la farine puis bien mélanger jusqu'à obtenir une pâte.(huiler vos mains)
Diviser la pate en plusieurs boules, et poser sur un plateau huiler, laisser reposer 1 heure(couvert)
- prendre une boule, faire un trou au centre et plonger dans l'huile chaude. faites dorer des 2 cotes.
- Egouttez les anneaux puis posez les sur du papier absorbant, ensuite saupoudrez les bien de sucre glace.

CORNET

Ingrédients:

* Pour la pate
- 500 g de farine
- 1 Verre d'eau de fleur d'oranger
- 1 cuillerée a soupe de sucre glace
- 50 g de beurre
- 1 Jaune d'œuf

*Pour la farce
500 g de noix d'arachides gratinées
Miel

Chocolat pour la touche finale

1/ Faire fondre du chocolat au bain marie

2/ Préparation de la pate: Mélangez la farine avec le beurre, un peu de sel, le sucre glace et l'eau de fleur d'oranger, puis faire étaler la pate et la découper en rectangles fins.
Beurrez vos petits moules de cornet et les couvrir de pate, et y ajouter une touche de jaune d'œuf pour les faire rentrer au four.

3/ La farce: Pour les noix d'arachide, il faut ajouter un peu d'eau et de sel au moment ou on les gratine au four, une fois moulus on les mélange avec du miel jusqu'a l'obtention d'une pate très collante avec laquelle on fait fourrer les cornets cuits et on enrobe la tete de chaque cornet avec le chocolat

www.oujda-maroc.com

Fakkas

- 2 mesures de sucre semoule
- Un peu de graines de sésame
- 1 mesure de huile
- 2 mesure d'eau
- Farine

Mélangez le tout et faites des bâtonnets à découper en petits morceaux et a cuire au four.

BOULETTES AU CORN FLAKES

Ingrédients :

- 200 g de corn flakes nature
- 100 g de sucre glace
- 2 œufs
- 100 g de beurre ramolli
- 50 g de noix hachées
- 50 g d'amandes concassées
- 1 sachet de sucre vanille
- farine
- cannelle

Préparation :

Dans un saladier, mélanger les œufs et le sucre glace jusqu'à blanchissement de la pâte. Ajouter le beurre, bien mélanger – puis les noix et amandes, mélanger – puis les corn flakes, mélanger – enfin le sucre vanille, mélanger.

Mettre un peu de farine dans les mains, former des petites boules et les disposer dans des petites caissettes. Enfournier 25 min.

Saupoudrer de cannelle et de sucre glace

www.oujda-maroc.com

BISCUITS A LA CUILLERE

Ingrédients :

- 70 g de farine
- 100 g de sucre (50g + 50g)
- 3 œufs
- une pincée de sel
- sucre glace

Préparation :

Dans un saladier, battre les blancs en neige avec une pincée de sel puis ajouter 50g de sucre tout en continuant de battre (meringue).

Mélanger les jaunes d'œufs aux 50g de sucre restant au batteur électrique puis incorporer la meringue délicatement à la spatule et enfin la farine.

A l'aide d'une seringue à douille (sans embout), faire des biscuits à la cuillère sur une plaque à pâtisserie chemisée d'une feuille de papier sulfurisé. Saupoudrer de sucre glace à l'aide d'une passette puis enfourner 10 min dans le four préchauffé à 180°.

www.oujda-maroc.com

FEUILLETES AUX POIRES

Ingrédients :

- 5 feuilles de brick
- 1 poire
- 1 cuillère à soupe de beurre fondu
- cannelle
- confiture de coing

Préparation :

Eplucher une poire, la laisser macérer dans l'eau 5 min puis la couper en fines lamelles. Badigeonner une 1ère feuille de brick de beurre fondu et faire de même pour toutes les autres feuilles et les superposer. Sur la dernière feuille, mettre une couche de confiture de coing, disposer les lamelles de poires en rosace, beurrer avec le reste de beurre, saupoudrer de cannelle et enfourner 10 à 15 min.

COUPE D'AVOCAT AUX FRUITS

Tremper quelques morceaux de poire et des dés d'avocat dans du jus de citron.

Mettre au fond de la coupe des morceaux de fraise, les saupoudrer de sucre et recouvrir de 2-3 cuillerées de fromage blanc.

Puis disposer des morceaux d'orange, des dés d'avocat, quelques morceaux de pomme, à nouveau des fraises, saupoudrer de sucre. Enfin, recouvrir de morceaux d'avocat et de 2 cuillerées de fromage blanc.

TERRINE POIRE/CHOCOLAT

Ingrédients :

- 4 poires
- 300g de chocolat noir
- 120g de sucre en poudre
- 3 jaunes d'œuf
- 120g de beurre
- ¼ l de lait
- 1 bonne cuillère à soupe de cacao
- cardamome

Sirop : cardamome, 100g de sucre en poudre, le jus d'un citron, environ 1 L d'eau

Préparation :

Faire le sirop : Chauffer l'eau avec le sucre, jus de citron, 2-3 graines de cardamome écrasées grossièrement à la fourchette.

Vider les poires, les couper en 2, les éplucher et les faire pocher 5 à 8 min dans le sirop puis les égoutter et les laisser refroidir. Puis les couper en dés.

Faire fondre le chocolat et le beurre au bain-marie.

Préparer la crème anglaise : Chauffer le lait avec 2 graines de cardamome écrasées, l'écumer et le laisser refroidir. Bien battre les jaunes d'œuf avec le sucre puis ajouter le cacao et ajouter peu à peu le lait à ce mélange. Verser cette préparation dans une casserole et porter sur feu doux sans cesser de remuer environ 8 min. Verser dans un saladier et mélanger au chocolat/beurre fondu.

Filmer un moule à cake (mettre 2 épaisseurs de film et laisser dépasser largement sur les bords). Verser le mélange, disposer les dés de poires dessus, mélanger une poignée de secondes en secouant le moule, recouvrir du film et entreposer au congélateur pendant au moins 3 heures.

www.oujda-matoc.com

POUR PLUS DE RECETTES VISITEZ

LE SITE :

www.oujda-matoc.com