

0250
VIR DE CL
AL EPAL
85.00
EDI



Cuisine LELLA

Spécial Dioul



95 DA
Seulement

Edition
La Plume

15 Recettes en photos
Faciles à Préparer

<http://cuisine4arabe.blogspot.com>

Cuisine
VELLA

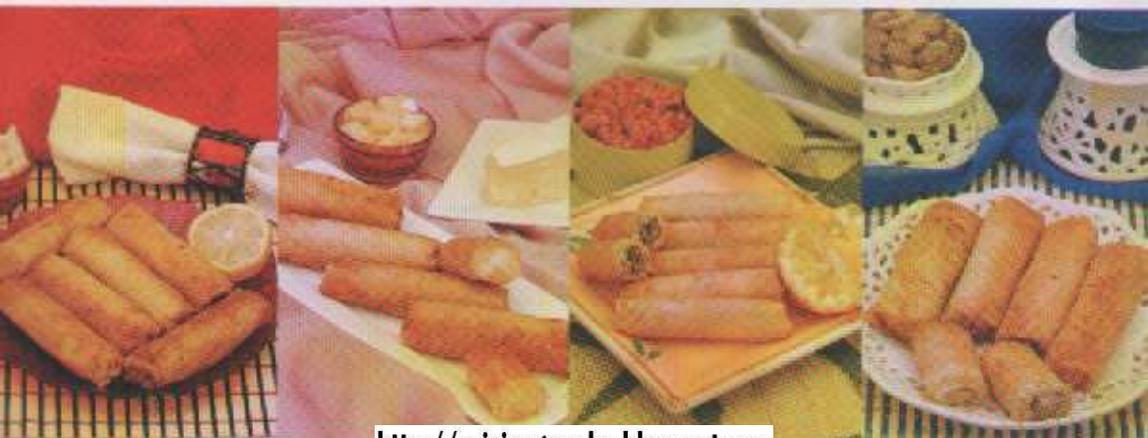
Spécial Dîner

Mme
ROUABHI Insaf



Sommaire

- 2 - Bourek aux fruits de mer - بورك بفواكه البحر
- 4 - Bourek aux épinards - بورك بالسبانخ
- 6 - Bourek aux crevettes et à la sauce Béchamel و صلصة البشاميل - بورك بالجمبري
- 8 - Bourek au thon - بورك بالتونة
- 10 - Bourek au poulet - بورك بالدجاج
- 12 - Bourek aux pommes de terre - بورك بالبطاطا
- 14 - Brik - بريك





- 16 - Bourek au poisson blanc - بورك بالسمك الأبيض
 18 - Bourek aux trois fromages - بورك بثلاثة أنواع من الجبن
 20 - Bourek à la viande hachée - بورك باللحم المرحي
 22 - Bourek aux champignons - بورك بالفقاع
 24 - Bourek au foie - بورك بالكبد
 26 - Bourek au poulpe - بورك بالقرنيط
 28 - Les cigares - السجائر
 30 - Bastila - بسطيلة



Bourek aux fruits de mer

بوراك بفواكه البحر



Ingrédients

- 1 douzaine de feuilles de Dioul
- 250 gr de crevettes décortiquées
- 1 tranche de sole
- 250 gr de moules bouillies
- 150 gr de calamars bouillis (coupés en rondelles, vendus au marché)
- 4 crabes
- 1 tomate mûre râpée
- 1 oignon râpé
- 4 gousses d'ail râpées
- 1 C. à café de concentré de tomate
- 1 C. à soupe de margarine
- 1 branche de thym
- 2 feuilles de laurier
- Poivre noir
- Ras El Hanout
- Persil
- Sel
- Fromage râpé
- Huile pour friture

المقادير

- 1 كيس ديول
- 250 غ جمبري مقشر
- 1 شريحة صول (سك موسى)
- 250 غ مول مغلية
- 150 غ كلامار مغلي (مقطع دوائر يباع في الأسواق)
- 4 حبات سرطان (كرااب)
- 1 حبة طماطم حمراء مبشورة
- 1 حبة بصل مبشورة
- 4 سنينات ثوم مبشورة
- 1 ملعقة صغيرة طماطم مصبرة
- 1 ملعقة كبيرة ماغررين
- 1 عرف زعيترة
- 2 ورقتين رند
- فلفل أسود
- رأس الحانوت
- معدنوس
- ملح
- جبن مبشور
- زيت للقلي

Préparation

1. Dans une poêle, mettre l'oignon, l'ail, la tomate, le sel, le poivre noir, Ras El Hanout, le thym, le laurier et la margarine, bien faire revenir.
2. Ajouter les crevettes, la sole, les crabes coupés en petits dés, le calamar et les moules, laisser sur le feu pendant 15 mn, ajouter une petite tasse à café d'eau et le concentré de tomate. Laisser cuire pendant 10 mn jusqu'à ce qu'ils absorbent bien l'eau. Ajouter le persil et le fromage râpé.
3. Remplir les feuilles de Dioul, fermer puis faire frire dans l'huile.

كيفية التحضير

1. في مقلاة، ضعي البصلة، الثوم، الطماطم، الملح، الفلفل الأسود، رأس الحانوت، الزعيترة، الرند و المارغرين، حمسيهم جيداً.
2. أضيفي الجمبري، الصول، السرطان المقطع إلى مربعات صغيرة، الكلامار و المول، أتركها على النار مدة 15 دقيقة، أضيفي فنجان قهوة من الماء و الطماطم المصبرة. أتركها تطهى مدة 10 دقائق حتى تتشرب الماء جيداً. أضيفي المعدنوس و الجبن المبشور.
3. املئي أوراق الديول، إغلقها ثم اقليها في الزيت.





Bourek aux épinards

بوراك بالسبانخ

Ingrédients

- 1 douzaine de feuilles de Dioul
- 2 bouquets d'épinards
- 100 gr de fromage blanc
- 3 œufs
- Une pincée de sel
- Une pincée de poivre noir
- 1 C. à soupe de beurre
- Huile pour friture

Préparation

1. Découper les épinards et faire bouillir pendant 10 mn, égouttez-les et laissez-les à part.
2. Dans une poêle, mettre les épinards, le beurre, le fromage, le sel et le poivre noir, laisser revenir pendant 10 mn.
3. Remplir les feuilles de Dioul et roulez-les.
4. Dans une autre poêle, faire chauffer l'huile puis faire frire le Bourek des deux côtés jusqu'à ce qu'il ait une couleur dorée.

المقادير

- 1 كيس ديول
- 2 ربطات سبانخ (السلق)
- 100 غ جبن أبيض
- 3 بيض
- قرصة ملح
- قرصة فلفل أسود
- 1 ملعقة كبيرة زبدة
- زيت للقلي

كيفية التحضير

1. قطعي السبانخ و غليها مدة 10 دقائق، قطريها و اتركها على جنب.
2. في مقلاة، ضعي السبانخ، الزبدة، الجبن، الملح و الفلفل الأسود، اتركها تتحمس مدة 10 دقائق.
3. إملي أوراق الديول و لفيها .
4. في مقلاة أخرى، سخني الزيت ثم اقلي البوراك من الجهتين حتى يكسب اللون الذهبي.



Bourek aux crevettes و بورك بالجمبري et à la sauce Béchamel وصلصة البشاميل



Ingrédients

- 300 gr de crevettes
- Fromage râpé
- 2 gousses d'ail râpées
- 1 C. à café de beurre
- Sel
- Poivre noir
- 1 douzaine de feuilles de Dioul
- Huile pour friture
- Pour la sauce Béchamel :
- 60 gr de margarine
- 60 gr de farine (SIM)
- ½ litre de lait
- 50 gr de fromage blanc
- ½ C. à café de poivre noir
- Sel



Préparation

1. Préparer la sauce Béchamel : dans une casserole et sur feu doux, faire fondre la margarine, ajouter la farine, le sel et le poivre noir. Remuer à l'aide d'une cuillère en bois puis ajouter le lait et le fromage blanc, laisser sur le feu sans cesser de remuer jusqu'à obtention d'une sauce épaisse. Retirer du feu.
2. Dans une poêle, faire revenir les crevettes, l'ail, le sel, le poivre noir et le beurre.
3. Hors du feu, ajouter la sauce Béchamel et le fromage râpé.
4. Remplir les feuilles de Dioul, roulez-les puis faire frire dans l'huile.

المقادير

- 300 غ جمبري
- جبن مبشور
- 2 سنينات ثوم مبشورة
- ملعقة صغيرة زبدة
- ملح
- فلفل أسود
- 1 كيس ديول
- زيت للقلي
- **لصلصة البشاميل :**
- 60 غ مارجرين
- 60 غ فرينة (سيم)
- ½ لتر حليب
- 50 غ جبن أبيض
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- ملح

كيفية التحضير

1. حضري صلصة البشاميل : في قدر صغيرة و على نار هادئة، ذوبي المارجرين، أضيفي الفرينة، الملح و الفلفل الأسود. حركي بواسطة ملعقة خشبية ثم أضيفي الحليب و الجبن الأبيض، أتركها على النار دون التوقف عن التحريك حتى الحصول على صلصة عاقدة. إنزعها عن النار.
2. في مقلاة، حمسي الجمبري، الثوم، الملح، الفلفل الأسود و الزبدة.
3. بعيدا عن النار، أضيفي صلصة البشاميل و الجبن المبشور.
4. إملي أوراق الديول، لغيبها ثم أقليها في الزيت.





Ingrédients

- 1 douzaine de feuilles de Dioul
- 2 boîtes de thon à l'huile
- Fromage râpé
- Huile pour friture
- **Pour la sauce Béchamel :**
- 60 gr de margarine
- 60 gr de farine (SIM)
- ½ litre de lait
- 50 gr de fromage blanc
- ¼ C. à café de poivre noir
- Sel

Préparation

1. Préparer la sauce Béchamel : dans une casserole et sur feu doux, faire fondre la margarine, ajouter la farine, le sel et le poivre noir. Remuer à l'aide d'une cuillère en bois puis ajouter le lait et le fromage blanc, laisser sur le feu sans cesser de remuer jusqu'à obtention d'une sauce épaisse. Retirer du feu.
2. Ajouter à la sauce Béchamel, le fromage râpé et le thon.
3. Remplir les feuilles de Dioul, roulez-les puis faire frire dans l'huile chaude.



المقادير

- 1 كيس ديول
- 2 علب تونة بالزيت
- جبن مبشور
- زيت للقلي
- **صلصة البشاميل :**
- 60 غ مارغرين
- 60 غ فريونة (سيم)
- ½ لتر حليب
- 50 غ جبن أبيض
- ¼ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- ملح

كيفية التحضير

1. حضري صلصة البشاميل : في قدر صغيرة و على نار هادئة، نوبي المارغرين، أضيفي الفريونة، الملح و الفلفل الأسود. حركي بواسطة ملعقة خشبية ثم أضيفي الحليب و الجبن الأبيض، أتركها على النار دون التوقف عن التحريك حتى الحصول على صلصة عاقدة، إنزعها عن النار.
2. أضيفي لصلصة البشاميل الجبن المبشور و التونة.
3. إملي أوراق الديول، لغيها ثم اقليها في زيت ساخن.





Bourek au poulet

بوراك بالدجاج

Ingrédients

- 1 blanc de poulet
- 1 petit oignon
- Fromage râpé
- sel
- Poivre noir
- Un petit bâtonnet de cannelle
- 1 C. à café de margarine
- 1 douzaine de feuilles de Dioul
- Huile pour friture
- Pour la sauce Béchamel :
- Voir page 6

Préparation

1. Dans une marmite, faire revenir l'oignon, le poivre noir, la cannelle, le poulet et le sel, couvrir avec l'eau et laisser cuire.
2. Entre-temps, préparer la sauce Béchamel : (voir page 6)
3. Après cuisson du poulet, émiettez-le, lui ajouter la sauce Béchamel et le fromage râpé
4. Remplir les feuilles de Dioul et roulez-les.
5. Faire chauffer l'huile sur feu moyen puis faire frire le Bourek des deux côtés jusqu'à ce qu'il ait une couleur dorée.



المقادير

- اصدر دجاج
- ا حبة بصل صغيرة
- جبن مبشور
- ملح
- قلفل أسود
- عود قرفة صغيرة
- املعقة صغيرة مارغرين
- اكيس ديول
- زيت للقلي
- اصلصة البشاميل :
- أنظر الصفحة 6

كيفية التحضير

1. في طنجرة، حمسي البصل، الفلفل الأسود، القرفة، الدجاج و الملح، غطيها بالماء و اتركها تطهى.
2. في حين حضري صلصة البشاميل : (أنظر الصفحة 6)
3. بعد طهي الدجاج، فتتيه، أضيفي له صلصة البشاميل و الجبن المبشور.
4. املئي أوراق الديول و لغفيها.
5. سخني الزيت على نار متوسطة قم اقلي البوراك من الجهتين حتى يكسب اللون الذهبي.



Ingrédients

- 2 pommes de terre
- 30 gr d'olives noires
- 3 œufs durs
- 1 boîte de thon à l'huile
- 1 petit oignon râpé
- 50 gr de fromage blanc
- Persil
- Fromage râpé
- Poivre noir
- Sel
- 1 douzaine de feuilles de Dioul
- Huile pour friture

Préparation

1. Eplucher les pommes de terre, lavez-les puis coupez-les en petits morceaux.
2. Faites-les cuire à la vapeur, mettez-les dans un récipient puis écrasez-les avec une fourchette.
3. Ajouter le sel, le poivre noir, les œufs râpés, l'oignon, les olives coupées en petits morceaux, le persil, le fromage blanc et râpé.
4. Remplir les feuilles de Dioul, roulez-les, fermez-les bien puis faire frire dans l'huile chaude.

المقادير

- 2 حبات بطاطا
- 30 غ زيتون أسود
- 3 بيض مسلوق
- 1 علبة تونة بالزيت
- 1 حبة بصل صغيرة مبشورة
- 50 غ جبن أبيض
- معدنوس
- جبن مبشور
- فلفل أسود
- ملح
- أكيس ديول
- زيت للقلي

كيفية التحضير

1. قشري البطاطا، إغسلها ثم قطعها إلى قطع صغيرة .
2. إطهئها بالبخار، ضعها في وعاء ثم اسحقها بالشوكة.
3. أضيفي الملح، الفلفل الأسود، البيض المبشور، البصل، الزيتون مقطع إلى قطع صغيرة، المعدنوس، الجبن الأبيض و المبشور.
4. إملي أوراق الديول، لفيها، أغلقها جيداً ثم اقليها في الزيت الساخن.



Ingrédients-

- 200 gr de viande hachée
- 2 pommes de terre bouillies
- 50 gr de fromage blanc
- Olives vertes dénoyautées coupées en petits morceaux
- Persil finement haché
- 4 œufs
- 1 petit oignon râpé
- 1 C. à café de beurre
- Poivre noir
- Sel
- 1 douzaine de feuilles de Dioul
- Huile pour friture

Préparation

1. Dans une poêle, faire revenir l'oignon, la viande hachée, le sel et le poivre noir dans le beurre. Laisser cuire puis ajouter le persil.
2. Dans une terrine, mettre la pomme de terre puis écrasez-la à l'aide d'une fourchette.
3. Sur une assiette, disposer une feuille de Dioul, mettre au milieu un carré de Dioul (Pour que le Brik ne se déchire pas lorsque vous mettez la farce). Étalez-la de fromage blanc, mettre un peu de pomme de terre, la viande hachée et les olives puis casser dessus un œuf et fermer en forme de carré.
4. Renverser l'assiette avec le Brik sur la main puis faire frire jusqu'à ce qu'il ait une couleur dorée.

المقادير

- 200 غ لحم مرحي
- 2 حبات بطاطا مغلية
- 50 غ جبن أبيض
- زيتون أخضر دون علف، مقطع إلى قطع صغيرة
- معدنوس مقطع رقيق
- 6 بيض
- 1 حبة بصل صغيرة مبشورة
- 1 ملعقة صغيرة زبدة
- فلفل أسود
- ملح
- 1 كيس ديول
- زيت للقلي

كيفية التحضير

1. في مقلاة، حمسي البصل، اللحم المرحي، الملح و الفلفل الأسود في الزبدة. أتركه يطهى ثم أضيفي المعدنوس.
2. في إناء، ضعي البطاطا ثم اسحقها بواسطة الشوكة.
3. على صحن، أفرشي ورقة ديول، ضعي في الوسط مربعاً من الديول (لكي لا تتقطع حبة البريك عند وضع الحشو). إطلبيها بالجبن الأبيض، ضعي القليل من البطاطا، اللحم المرحي و الزيتون ثم كسري بيضة و اغلقيها على شكل مربع.
4. إقلبي الصحن بحبة البريك على اليد ثم اقلبيها حتى تكسب اللون الذهبي.



Bourek au poisson blanc

بوراك بالسمك الأبيض

Ingrédients

- 3 poissons blancs (tranches de sole)
- Fromage râpé
- 1 C. à café de beurre
- Poivre noir
- Sel
- 1 douzaine de feuilles de Dioul
- Huile pour friture
- Pour la sauce Béchamel :
- Voir page 8.

Préparation

1. Dans une poêle, faire revenir le poisson dans le beurre avec un peu de sel et de poivre noir.
2. Préparer la sauce Béchamel: (voir page 8).
3. Dans un récipient, mélanger la sauce Béchamel, le poisson émietté et le fromage râpé.
4. Remplir les feuilles de Dioul et fermez-les bien.
5. Dans une poêle, faire chauffer l'huile sur feu moyen puis faire frire le Bourek jusqu'à ce qu'il ait une couleur dorée des deux côtés.



المقادير

- 3 حبات سمك أبيض (شرايح الصول)
- جبن مبشور
- 1 ملعقة صغيرة زبدة
- فلفل أسود
- ملح
- 1 كيس ديول
- زيت للقلي
- صلصة البشاميل:
- أنظر الصفحة 8

كيفية التحضير

1. في مقلاة، حمسي السمك في الزبدة مع قليل من الملح و الفلفل الأسود.
2. حضري صلصة البشاميل: (أنظر الصفحة 8).
3. في وعاء، أخلطي صلصة البشاميل، السمك المعفت و الجبن المبشور.
4. إملي أوراق الديول و اغلقها جيدا.
5. في مقلاة، سخني الزيت على درجة حرارة متوسطة ثم اقلي البوراك حتى يكسب اللون الذهبي من الجهتين.



Bourek aux trois fromages

بوراك بثلاثة أنواع من الجبن

Ingrédients

- 100 gr de gruyère coupé en petits morceaux
- 50 gr de fromage blanc coupé en petits morceaux
- 100 gr de camembert coupé en petits morceaux
- 1 douzaine de feuilles de Dioul
- Huile pour friture
- Pour la sauce Béchamel :
 - 60 gr de margarine
 - 60 gr de farine (SIM)
 - ½ litre de lait
 - 50 gr de fromage blanc
 - ½ C. à café de poivre noir
 - Sel



Préparation

1. Préparer la sauce Béchamel : dans une casserole et sur feu doux, faire fondre la margarine, ajouter la farine, le sel et le poivre noir, remuer à l'aide d'une cuillère en bois puis ajouter le lait et le fromage blanc. Laisser sur le feu sans cesser de remuer jusqu'à obtention d'une sauce épaisse. Retirer du feu.
2. Dans un récipient, mélanger la sauce Béchamel avec les trois sortes de fromage.
3. Remplir les feuilles de Dioul, Roulez-les puis faire frire dans l'huile chaude.

المقادير

- 100غ غرويير مقطع قطع صغيرة
- 50 غ جبن أبيض مقطع قطع صغيرة
- 100غ كامونبير مقطع قطع صغيرة
- 1 كيس ديول
- زيت للقلي
- **صلصة البشاميل:**
 - 60 غ مارغرين
 - 60 غ قريئة (سيم)
 - ½ لتر حليب
 - 50 غ جبن أبيض
 - ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
 - ملح

كيفية التحضير

1. حضري صلصة البشاميل، في قدر صغيرة و على نار هادئة، ذوبي المارغرين، أضيفي القريئة، الملح و الفلفل الأسود،حركي بواسطة ملعقة خشبية ثم أضيفي الحليب و الجبن الأبيض. أتركها على النار دون التوقف عن التحريك حتى الحصول على صلصة عاقدة. إنزعها عن النار.
2. في وعاء، أخلطي صلصة البشاميل مع الأنواع الثلاثة للجبن.
3. إملئي أوراق الديول، لغيها ثم اقليها في زيت ساخن.



Bourek à la viande hachée

بوراك باللحم المرحي

Ingrédients =

- 300 gr de viande hachée
- 1 petit oignon râpé
- 1 C. à soupe de beurre
- 2 œufs
- Poivre noir
- Une pincée de cannelle
- Persil finement haché
- Sel
- 1 douzaine de feuilles de Dioul
- Huile pour friture

Préparation

1. Dans une poêle, mettre le beurre, la viande hachée, l'oignon, le poivre noir, la cannelle et le sel. Bien faire revenir jusqu'à ce que la viande soit cuite.
2. Ajouter les œufs battus puis le persil, remuer un peu, laisser cuire puis retirer du feu.
3. Remplir les feuilles de Dioul avec le mélange préalablement préparé, bien rouler.
4. Dans une autre poêle, faire chauffer l'huile puis faire frire le Bourek jusqu'à ce qu'il ait une couleur dorée.

المقادير

- 300 غ لحم مرحي
- 1 حبة بصل صغيرة مبشورة
- 1 ملعقة كبيرة زبدة
- 2 بيض
- فلفل أسود
- قرصة قرفة
- معدنوس مقطع رقيق
- ملح
- اكييس ديول
- زيت للقلي

كيفية التحضير

1. في مقلاة، ضعي الزبدة، اللحم المرحي، البصل، الفلفل الأسود، القرفة و الملح، حمسيهم جيداً حتى يطهى اللحم.
2. اضيفي البيض المخفوق ثم المعدنوس، اخلطي قليلاً، اتركيه يطهى ثم انزعيه عن النار.
3. املئي أوراق الديول بالخليط المحضر سابقاً، لفيها جيداً.
4. في مقلاة أخرى، سخني الزيت، ثم اقلي البوراك حتى يكسب اللون الذهبي.





Bourek aux champignons

بوراك بالفقاع

Ingrédients

- 1 boîte de champignons coupés en petits morceaux
- 1 C. à soupe de beurre
- Fromage râpé
- Poivre noir
- Sel
- 1 douzaine de feuilles de Dioul
- Huile pour friture
- Pour la sauce Béchamel :
- Voir page 18

Préparation

1. Préparer la sauce Béchamel : voir page 18.
2. Dans une poêle, faire revenir les champignons, le sel et le poivre noir dans le beurre pendant 5 mn.
3. Dans un récipient, mélanger la sauce Béchamel, les champignons et le fromage râpé.
4. Remplir les feuilles de Dioul, roulez-les puis fermez-les bien.
5. Sur feu moyen, faire chauffer l'huile puis faire frire le Bourek jusqu'à ce qu'il ait une couleur dorée des deux côtés.



المقادير

- 1 علبه فقاع مقطع قطع صغيرة
- 1 ملعقة كبيرة زبدة
- جبن مبشور
- فلفل أسود
- ملح
- أكيس ديول
- زيت للقلي
- صلصة البشاميل
- انظر الصفحة 18

كيفية التحضير

1. حضري صلصة البشاميل، انظر الصفحة 18.
2. في مقلاة، حمسي الفقاع، الملح و الفلفل الأسود في الزبدة مدة 5 دقائق.
3. في وعاء، اخلطي صلصة البشاميل، الفقاع و الجبن المبشور.
4. املئي أوراق الديول، لفيها ثم اغلقيها جيداً.
5. على نار متوسطة، سخني الزيت ثم اقلي حبات البوراك حتى تكسب اللون الذهبي من الجهتين.



Bourek au foie

بوراك بالكبدة



Ingrédients

- 250 gr de foie
- 1 C. à café de concentré de tomate
- 4 gousses d'ail
- 1 C. à soupe de vinaigre
- Poivre noir
- Une pincée de carvi
- Une pincée de cumin
- 2 C. à soupe d'huile
- Sel
- 1 douzaine de feuilles de Dioul
- Huile pour friture

Préparation

1. Découper le foie en petits carrés.
2. Préparer la Dersa : dans un mortier, écraser l'ail, le sel, le poivre noir, le cumin et le carvi.
3. Dans une poêle, mettre l'huile, le foie et la Dersa, bien faire revenir pendant 15 mn puis ajouter une petite tasse à café d'eau et la tomate. Laisser cuire pendant 10 mn, retirer du feu puis ajouter le vinaigre.
4. Remplir les feuilles de Dioul, roulez-les et fermez-les bien.
5. Dans une poêle et sur feu moyen, faire frire le Bourek des deux côtés puis mettez-le sur du papier absorbant.

المقادير

- 250 غ كبدة
- 1 ملعقة صغيرة طماطم مصبرة
- 4 سنينات ثوم
- 1 ملعقة كبيرة خل
- فلفل أسود
- قرصة كروية
- قرصة كمون
- 2 ملعقةتين كبيرتين زيت
- ملح
- أكيس ديول
- زيت للقلي

كيفية التحضير

1. قطعي الكبدة إلى مربعات صغيرة.
2. حضري الدرسة: في مهواس، إسحقى الثوم، الملح، الفلفل الأسود، الكمون والكروية.
3. في مقلاة، ضعي الزيت، الكبدة و الدرسة، حمسيهم جيداً مدة 15 دقيقة ثم أضيفي فتجان قهوة صغير من الماء و الطماطم. أتركها تطهى مدة 10 دقائق، إنزعها عن النار ثم أضيفي الخل.
4. إملئي أوراق الديول، لفيها و اغلقيها جيداً.
5. في مقلاة و على نار متوسطة، إقلي البوراك من الجهتين ثم ضعيه على ورق ماص.



Bourek au poulpe

بوراك بالقرنيط

Ingrédients

- 1 poulpe
- 1 tomate mûre râpée
- 1 petit oignon râpé
- 4 gousses d'ail râpées
- 1 C. à café de concentré de tomate
- 1 C. à café de beurre
- ½ C. à café de Ras El Hanout
- Poivre noir
- Sel
- Persil
- 2 feuilles de laurier
- 1 branche de thym
- 1 douzaine de feuilles de Dioul
- Huile pour friture

Préparation

1. Bien nettoyer le poulpe puis lavez-le. Mettre dans une cocotte remplie d'eau avec une feuille de laurier, une gousse d'ail et une cuillère à café d'huile. Laisser cuire pendant une heure.
2. Dans une poêle, mettre la tomate, l'ail, l'oignon, le beurre, Ras El Hanout, le poivre noir et le sel. laisser bien revenir. Ajouter le laurier et le thym et laisser sur le feu pendant 15 mn.
3. Après cuisson du poulpe, moulez-le avec la sauce préparée (après avoir enlever le laurier et le thym), puis saupoudrer de persil finement haché.
4. Remplir les feuilles de Dioul puis faire frire dans l'huile chaude jusqu'à ce qu'elles aient une couleur dorée.

المقادير

- 1 قرنيط
- 1 حبة طماطم حمراء مبشورة
- 1 حبة بصل صغيرة مبشورة
- 4 سنينات ثوم مبشورة
- 1 ملعقة صغيرة طماطم مصبرة
- 1 ملعقة صغيرة زبدة
- ½ ملعقة صغيرة رأس الحانوت
- فلفل أسود
- ملح
- معدنوس
- 2 ورقتين رند
- 1 عرف زعيترة
- 1 كيس ديول
- زيت للقلي

كيفية التحضير

1. نظفي القرنيط ثم اغسليه جيدا. ضعه في دسيسة مملوءة بالماء مع ورقة رند، سنينة ثوم و ملعقة صغيرة زيت. اتركه يطهى مدة ساعة.
2. في مقلاة، ضعي الطماطم، الثوم، البصل، الزبدة، رأس الحانوت، الفلفل الأسود و الملح، اتركها تتحمس جيدا. أضيفي الرند و الزعيترة و اتركها على النار مدة 15 دقيقة.
3. بعد أن يطهى القرنيط، ارحيه مع الصلصة المحضرة (بعد نزع الرند و الزعيترة)، ثم ذري المعدنوس المقطع رقيق.
4. املئي أوراق الديول ثم اقليها في زيت ساخن حتى تكسب اللون الذهبي.





Ingrédients

- 1 douzaine de feuilles de Dioul
- 3 mesures d'amandes moulues
- 1 mesure de sucre cristallisé
- Cannelle
- Eau de fleurs
- Huile pour friture
- Miel

Préparation

1. Dans un récipient, mélanger les amandes, le sucre et la cannelle puis ramasser avec un peu d'eau de fleurs.
2. Sur un plan de travail, mettre une feuille de Dioul, mettre dessus un peu de farce puis rouler.
3. Faire chauffer l'huile, faire frire les cigares jusqu'à ce qu'ils aient une couleur dorée.
4. Après cuisson, égouttez-les puis trempez-les dans le miel et égouttez-les une deuxième fois.

المقادير

- 1 كيس ديول
- 3 كيلات لوز مرحي
- 1 كيلة سكر مسحوق
- قرفة
- ماء زهر
- زيت اللقلي
- عسل

كيفية التحضير

1. في وعاء، أخلطي اللوز، السكر و القرفة ثم اجمعي بقليل من ماء الزهر.
2. على طاولة عمل، ضعي ورقة ديول، ضعي فوقها القليل من الحشو ثم لفيها.
3. سخني الزيت، إقلي السجائر حتى تكسب اللون الذهبي.
4. بعد الطهي، تطريها ثم اغطسيها في العسل و قطريها مرة ثانية.





Ingrédients

- 1 douzaine de feuilles de Dioul
- 1 poignée d'amandes moulues
- 2 C. à soupe d'eau de fleurs
- 2 œufs durs
- Persil finement haché
- Huile pour friture
- Pour la sauce au poulet :**
- 1 blanc de poulet
- 2 C. à soupe d'huile
- Un petit bâtonnet de cannelle
- Poivre noir
- Sel

Préparation

1. Préparer la sauce au poulet : dans une marmite, faire revenir l'oignon, le poulet, le sel, le poivre noir et la cannelle dans l'huile. Couvrir avec l'eau et laisser cuire.
2. Après cuisson, enlever le poulet, laisser refroidir puis émiettez-le.
3. Dans une terrine, mélanger le poulet émietté, les œufs râpés, les amandes et le persil puis ramasser avec l'eau de fleurs et une cuillère à soupe de sauce de poulet.
4. Remplir les feuilles de dioul, roulez-les et fermez-les.
5. Faire frire dans l'huile chaude jusqu'à ce qu'elles aient une couleur dorée.

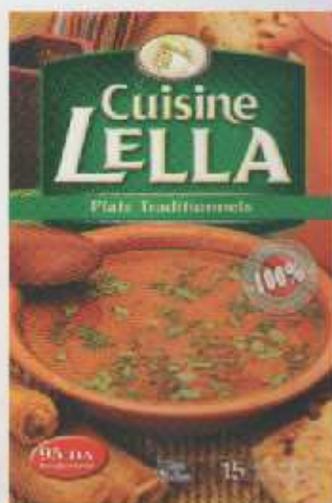
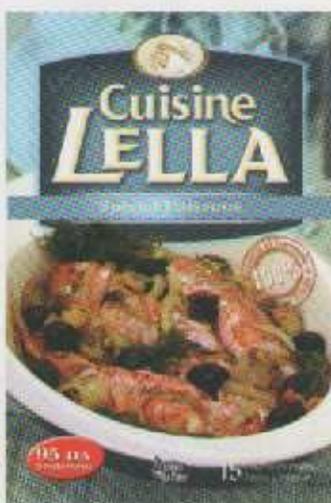
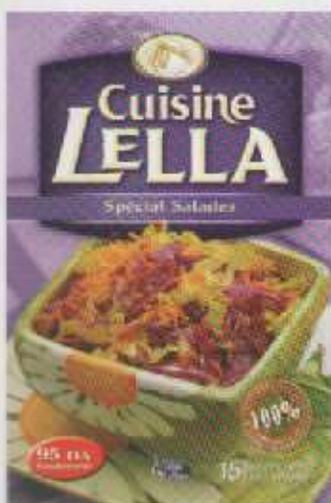
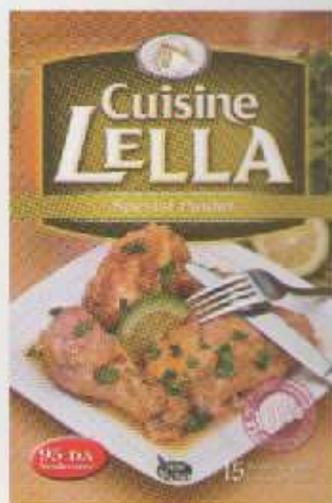
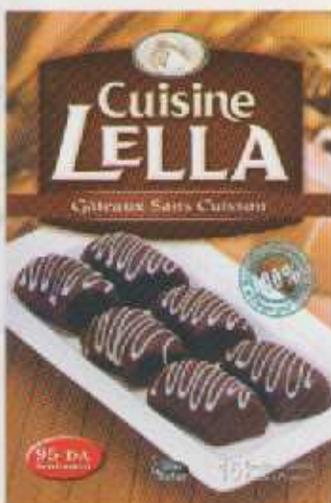
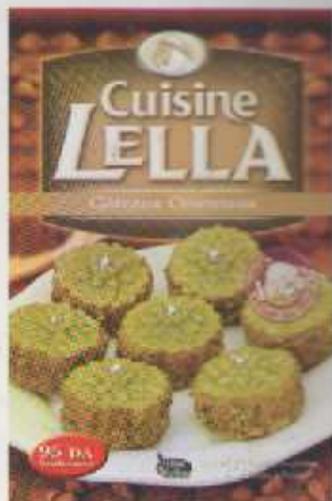
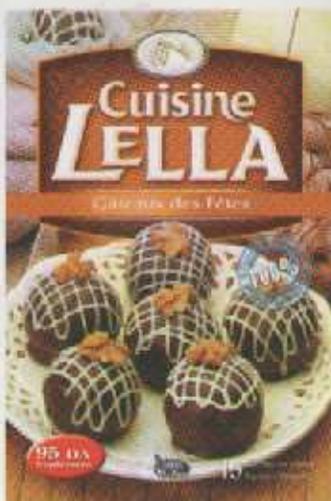
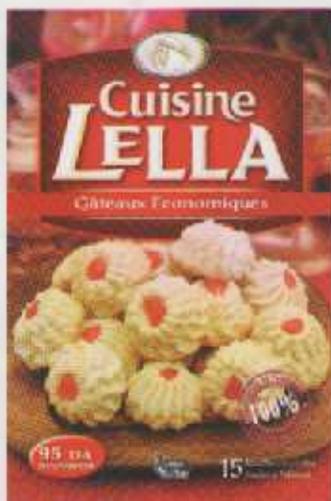
المقادير

- 1 كيس ديول
- 1 حفنة لوز مرحي
- 2 ملعقتين كبيرتين ماء زهر
- 2 بيضتين مسلوقتين
- معدنوس مقطع رقيق
- زيت للقلي
- صلصة الدجاج ،**
- 1 صدر دجاج
- 2 ملعقتين كبيرتين زيت
- عود قرفة صغيرة
- فلفل أسود
- ملح

كيفية التحضير

1. حضري صلصة الدجاج: في طنجرة، حمسي البصل، الدجاج، الملح، الفلفل الأسود و القرفة في الزيت. غطيه بالماء و اتركه يطهى.
2. بعد الطهي، إنزعي الدجاج، اتركه يبرد ثم فتته.
3. في إناء، أخلطي الدجاج المعقت، البيض المعشور، اللوز و المعدنوس ثم اجمعي بماء الزهر و ملعقة كبيرة من صلصة الدجاج.
4. امشي أوراق الديول، اغيها و اغلقها.
5. اقليها في زيت ساخن حتى تكسب اللون الذهبي.





31, Rue Ouazène Mohamed
Bordj-El-Kiffan Alger.

Tél/Fax : 021 20 33 99 / 021 21 11 02

<http://cuisine4arabe.blogspot.com>

Dépôt légal : 2022-2009
ISBN : 978-9947-27-008-0





لا مطبخة

خاص بالديول



95 دج
فقط



وصفة مصورة
سهلة التحضير

15

<http://cuisine4arabe.blogspot.com>