

جكون خديجة

أطباق
و تدابير

خاص بالدجاج

15 وصفة



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



8

دجاج مارينغو
Poulet marengo



6

ملفوف الدجاج بالفلفل الملون
Poulet roulé de poivrons
en couleur



16

طاجين الدجاج بالجلبانة
Tadjine de poulet
aux petits pois



14

أفخاذ الدجاج بالعجينة
Pilon de poulet en pâte



24

دجاج ملفوف باللحم المرعي
Poulet roulé avec
la viande hachée



22

كاشير بالدجاج
Cachir au poulet



30

دجاج محشي باللحم و الأرز
Poulet farci à la viande
hachée et au riz





4

دجاج بالبصل
و الطماطم في الفرن
Poulet aux oignons
et aux tomates au four



2

دجاج بالتوابل الهندية
Poulet aux épices
indiennes



12

أفخاذ الدجاج مقلدة
Faux pilons de poulet



10

مقرمشات الدجاج
بالجبين والأعشاب
Croquettes de poulet
au fromage et
aux herbes



20

دجاج ملفوف بالسلق
Poulet roulé
aux épinards



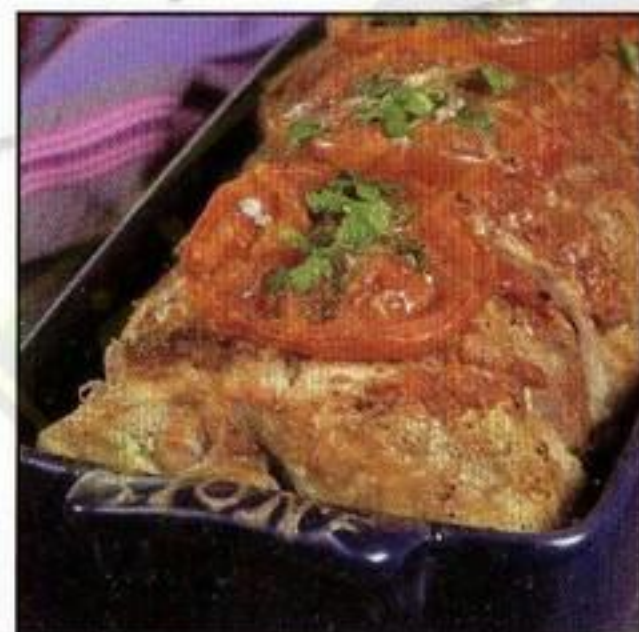
18

دجاج بنوعين من الجبن
Poulet aux deux
fromages



28

دجاج بالأعشاب البرية
Poulet aux herbes
sauvages



26

دجاج محشي باللحم المرحي
Poulet farci à
la viande hachée



مدونة كتبخانة الطبخ
<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Poulet aux épices indiennes

دجاج بالتوابل الهندية



4

ضعي الدجاج المنقوع داخل طنجرة و ضعيتها على النار.
Verse le poulet mariné dans une marmite et mettre sur le feu.



5

مرقي الطنجرة بالماء حتى تغطي الدجاج كلياً و اتركه على النار حتى يطهو.
Couvrir d'eau et laisser sur le feu jusqu'à cuisson du poulet.



6

عندما يستوي الدجاج أضيفي الطماطم الكرزية و اتركها حتى تصبح طرية. قدمي هذه الكيفية مع الأرز و زيبينيه بالكسبرة.

Une fois le poulet cuit, ajouter les tomates cerises et laisser mijoter jusqu'à ce que les tomates deviennent tendres.
Servir cette préparation avec du riz et décorer avec des feuilles de coriandre.



1

حضري المقادير.
Préparer les ingrédients.



2

في وعاء، ضعي الكاري و الفلفل عكري حار و الكسبرة و الزيت و اخلطيها جيداً.

Dans un bol, mettre le curry, le cumin, le poivre rouge, les graines de coriandre moulues, la coriandre fraîche et l'huile. Mélanger.



3

أضيفي قطع الدجاج داخل الوعاء و فيها جيداً في خليط التوابل ثم غطيها بالفيلم البلاستيكي. اتركي الدجاج ينقع في هذا الخليط ليلة كاملة أو بضع ساعات قبل الإستعمال.

Ajouter les morceaux de poulet et bien l'enrober du mélange des épices, couvrir avec un film alimentaire. Laisser le poulet mariner dans ce mélange toute une nuit ou plusieurs heures avant leur utilisation.

المقادير

- دجاجة وزن 1500 غ قطع
- 200 غ طماطم كرز
- 2 ملاعق كبيرة كاري
- ملعقة كبيرة كمون
- ملعقة كبيرة فلفل حار
- ملعقة كبيرة كسبرة مطحونة
- كسبرة مرحية
- ملعقة صغيرة ثوم
- 4 إلى 5 ملاعق زيت
- ملح وفلفل اسو

INGRÉDIENTS

- Un poulet de 1500 g en morceaux
- 200 g de tomates cerise
- 2 cuillères à soupe de curry
- 1 Cuillère à soupe de cumin
- 1 Cuillère à soupe piment rouge piquant
- Une cuillère à soupe de graines de coriandre moulue
- 1 cuillère à café d'ail
- 4 à 5 cuillères à soupe d'huile
- Sel, poivre noir

Quand vous achetez un poulet, assurez-vous qu'il est vidé et que la peau est bien grasse et il faut qu'elle brille.

عند شراء الدجاج، تأكدي من أنه منظف من الأحشاء و أن الجلد دهني و براق.



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

دجاج بالبصل و الطماطم في الفرن Poulet aux oignons et aux tomates au four



داخل قالب مدهون بالزيت، ضعي البصل المقطع إلى أقراص و صفيه جيدا.
Dans un moule huilé, disposer les oignons en rondelles et les répartir bien dans le moule.



ضعي الدجاج من فوق و أضيفي شرائح الطماطم، ذري الحشيش و أضيفي الرند و الزعيترة و الفلفل الحار.
Mettre le poulet dessus et ajouter les rondelles de tomates. Parsemer de feuilles de coriandre et ajouter le thym et le laurier et quelques piments rouges.



ادخلي القالب فرن درجة حرارته 200° لمدة ساعة ونصف حتى يتحمر الدجاج وتذبل الخضار و تشرب المرق كليا.
Mettre le moule au four à 200° C pendant une heure et demie, jusqu'à ce que le poulet rôtisse et que les légumes soient tendres et absorbent toute l'eau. Servir cette préparation avec du riz et décorer avec des feuilles de coriandre.



حضري المقادير.
Préparer les ingrédients.



في وعاء ، ضعي قطع الدجاج و ضعي فوقها الفلفل العكري و الزنجبيل المطحون و الكمون و الفلفل العكري الحار.
Dans un bol, mettre les morceaux de poulet, mettre dessus le poivre rouge, le gingembre en poudre et le cumin.



تبلي بالملح و الفلفل الأسود و أضيفي الزيت، ثم غطيه وضعيه في الثلاجة لمدة ساعتين على الأقل.
Saler et poivrer puis ajouter l'huile, couvrir et mettre au frigo pendant 2 environ heures.

المقادير

- دجاجة قطع بوزن 2 كغ
- 1 كغ بصل مقطع إلى دوائر
- ثوم
- 400 غ طماطم مقطعة إلى دوائر
- ملح و فلفل اسود
- زنجبيل
- كمون
- فلفل عكري حار
- زيت و زبدة
- كسبرة
- رند و زعيترة
- حبات فلفل حار

INGRÉDIENTS

- Un poulet de 2 kg coupé en morceaux
- 1 kg d'oignon coupé en rondelles
- 1 gousse d'ail
- 400 g de tomates coupées en rondelles
- Sel, poivre noir
- Gingembre
- Cumin
- Poivre
- Poivre rouge
- Huile, beurre
- Laurier et thym
- Piments rouges

Pour nettoyer le poulet et se débarrasser de son odeur, frottez-le avec une tranche de citron après l'avoir nettoyé avec de l'eau et du sel.

لتنظيف الدجاج و التخلص من رائحته، اركبه بقطعة من الليمون بعد تنظيفه بالماء و الملح.



مدونة كتّاب الطبخ
<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Poulet roulé de poivrons en couleur

ملفوف الدجاج بالفلفل الملون



4
ضعي الدجاج الملفوف ليطهو داخل الماء المغلي و المملح لمدة 5 دقائق.
Mettre les roulés de blancs de poulet dans l'eau bouillante et salée pendant 5 minutes.



5
صفي قطع الدجاج انزعي ورق الفيلم و ضعيها في قالب مدهون بالزيت و أفرغي صلصة الطماطم من فوق.
Egoutter les blancs de poulet et les disposer dans un plat huilé et verser dessus la sauce tomate.



6
ذري الجبن المبشور من فوق و ادخلي القالب الفرن حتى تكلمي طهي الدجاج و يتجمد.
Parsemer dessus le fromage râpé et enfourner jusqu'à cuisson du poulet.

Pour congeler les morceaux de poulet, mettez-les dans un sachet plastique puis les mettre au congélateur séparément, une fois congelés les mettre dans une boîte ou un sachet et congeler.

لتجميد قطع الدجاج، ضعيها متفرقة داخل أكياس، عندما تتجمد ضعيها داخل علبة أو في كيس واحد.



1
داخل طنجرة، قلي البصل في الزيت حتى يتحمر، تبلي بالملح و الفلفل الأسود و أضيفي الطماطم المرحية و الثوم و معجون الطماطم، ثم أضيفي أوراق الرند و الزعيترة و السكر.
Dans une marmite, faire revenir l'oignon dans l'huile jusqu'à dorure, saler et poivrer et ajouter les tomates râpées, l'ail et le concentré de tomates, ajouter les feuilles de laurier, le thym et les sucre.



2
قطعي الدجاج إلى شرائح و ابسطيها بمطرقة المطبخ، ضعي على كل شريحة قطع الطرشي الملون المقطع طوليا.
Couper les blancs de poulet en tranches et les aplatir avec un marteau, déposer sur chaque tranche les poivrons colorés coupés en lanières.



3
لفي صدور الدجاج و من ثم لفيها في الفيلم البلاستيكي مع غلقها جيدا من الأطراف.
Enrouler les blancs de poulet et les emballer dans un film plastique, bien fermer les bords.

المقادير

- 2 صدور دجاج
- حبة فلفل أخضر
- حبة فلفل أحمر
- حبة فلفل أصفر
- ملح و فلفل أسود
- صلصة الطماطم:
- ملعقة كبيرة طماطم معجون
- 2 طماطم مرحية
- 1 بصل مقطع صغير
- 1 فص ثوم مرحي
- ملح و فلفل أسود
- رند و زعيترة
- 4 قرصات سكر
- زيت

INGRÉDIENTS

- 2 blancs de poulet
- 1 poivron vert
- 1 poivron rouge
- 1 poivron jaune
- Sel, poivre noir
- Sauce tomate:
- Poivre noir, poivre blanc
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomate
- 2 tomates râpées
- 1 oignon émincé
- 1 gousse d'ail haché
- Sel, poivre noir
- Thym et laurier
- 4 pincées de sucre
- Huile

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Poulet marengo



أضيفي الطماطم المقطعة إلى مربعات كبيرة و قطعي الفطر و أضيفيه أيضا. ضعي ملعقة الثوم.

Ajouter la tomate coupée en gros quartiers et découper les champignons puis l'ajouter. Mettre une cuillère à soupe d'ail.



أضيفي الزيتون الأسود و السنمورة و اتركي الدجاج ليستوي على نار هادئة. Ajouter les olives noires et les anchois, laisser cuire le poulet sur feu doux.



في الأخير ضعي أوراق الرند و الزعيرة و اتركيه بضع دقائق على النار. A la fin mettre les feuilles de laurier et le thym, laisser mijoter quelques minutes sur le feu.



حضري المقادير.
Préparer les ingrédients.



2 في طنجرة، قلي الدجاج مع الملح في الزيت، أضيفي الفلفل الأسود و الأبيض و الثوم.

Dans une marmite, faire dorer le poulet avec le sel dans l'huile, ajouter le poivre noir, le poivre blanc et l'ail.



أضيفي معجون الطماطم و العكري و مرق الدجاج، اتركيه يغلي على النار. Ajouter le concentré de tomates, le piment rouge et le bouillon de volailles, porter à ébullition.

دجاج مارينكو

المقادير

- دجاجة مقطعة بوزن 1.5 كغ
- 12 حبة زيتون أسود
- 6 قطع فيلي سنمورة معلبة
- 200 غ فطر باريس مقطوع
- 400 غ طماطم حمراء
- ملعقة كبيرة معجون الطماطم
- ملعقة ثوم جاف غبرة
- زيت الزيتون
- 2 بيض مغلي
- 1 لتر مرق الدجاج
- باقة عطرية
- فلفل أسود و ابيض
- عكري

INGRÉDIENTS

- Un poulet en morceaux poids 1.5 kg
- 12 olives noires
- 1 Boite d'anchois
- 200 g de champignons de Paris
- 1 c. à s. d'ail séché en poudre
- Huile d'olive
- 2 œufs durs
- 1 litre de bouillon de volaille
- Poivre noir et blanc
- Poivre rouge

Pour décongeler un poulet, mettez une cuillère à soupe de sel dans un litre d'eau froide et déposer les morceaux de poulet congelés.

لإذابة الجليد عن الدجاج المجمد، ضعي ملعقة كبيرة من الملح في لتر من الماء بارد و ضعي قطع الدجاج.



مدونة كتّاب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Croquettes de poulet au fromage et aux herbes

مقرمشات الدجاج بالجبن والاعشاب



ضعي خليط الدجاج المرحي داخل وعاء و أضيفي حبة صفار بيض و 2 ملاعق خبز يابس، اخلطي جيد.

Mettre le mélange de poulet mixé dans un bol et ajouter le jaune d'œuf et 2 cuillères de chapelure, bien mélanger.

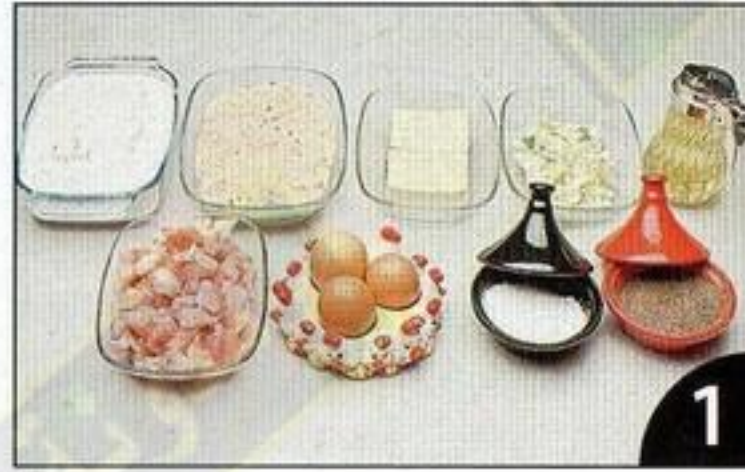


شكلي كريات مرريها في الفرينة ثم الخبز اليابس ادخليها الثلاجة حتى تتماسك ثم اقليها في الزيت الساخن.

Façonner des boulettes et napper les boulettes et les napper dans la farine puis dans la chapelure, mettre dans le frigo jusqu'à ce qu'elles durcissent puis frire dans l'huile chaude.

Salez et poivrez votre poulet immédiatement après l'avoir lavé, et laissez reposer des heures avant de l'utiliser pour qu'il absorbe le sel et le poivre.

لإعطاء نكهة للدجاج عند طهيها، تبليه بالملح و الفلفل الأسود مباشرة و بعد غسله بالماء و الملح و ذلك ساعات قبل استعماله حتى يتشرب جيدا التتبيلة.



حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



في مقلاة، ذبلي البصل في الزيت حتى يحمر ثم أضيفي صدور الدجاج المقطعة إلى مربعات، تبلي بالملح و الفلفل الأسود. اتركي الدجاج على النار حتى يطهو.

Dans une poêle, faire revenir l'oignon dans l'huile jusqu'à dorure puis ajouter les blancs de poulet coupés en cubes, saler et poivrer. Laisser le poulet sur le feu jusqu'à cuisson.



عندما يبرد الدجاج، ضعيه داخل الخلاط مع الجبن و اكليل الجبل و الزعيترة و ارحي كل المكونات معا.

Une fois le poulet refroidi, le mettre dans le mixeur avec le fromage, le romarin et le thym. Mixer tous les aliments.

المقادير

• 2 صدور دجاج

• 2 بصل

• اكليل الجبل

• زعيترة

• 2 صفار البيض

• ملح

• فلفل أبيض و فلفل أسود

• خبز يابس مرحي

• 2 بياض بيض

• فرينة

• قطعة جبن بالأعشاب

INGRÉDIENTS

• 2 blancs de poulet

• 2 oignons

• Une branche de romarin

• Thym

• 2 jaunes d'œuf

• Sel

• Poivre noir et poivre blanc

• Chapelure

• 2 blanc d'œuf

• Farine

• 1 morceau fromage aux herbes



مدونة كتّاب الطبخ
<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

أفخاذ الدجاج مقلدة

Faux pilons de poulet



4

شكلي كريات رمدية في الفريضة ثم ضعها في البيض المخفوق ثم رمدية في الخبز اليابس المرحي.

Former des boulettes, les napper dans la farine puis les tremper dans l'œuf battu et les napper dans la chapelure.



5

شكلي أفخاذ الدجاج المرمدة و ضعي قطعة من معكرونة لكل فخذ. ضعها في التلاجة حتى تتماسك.

Façonner des pilons de poulet avec les boulettes puis disposer un penne sur chaque pilon. Mettre au frigo jusqu'à ce qu'ils durcissent.



6

اقلي أفخاذ الدجاج في الزيت الساخن و قدمها مع الكاتشوب.

Frir les pilons dans l'huile chaude puis servir avec du ketchup.



1

في مقلاة، قلي البصل في الزيت حتى يذبل، تبلي بالملح و الفلفل الأسود ثم أضيفي الفلفل الأبيض و الكروية.

Dans une poêle, faire revenir l'oignon dans l'huile, saler et poivrer, ajouter le poivre blanc et le carvi.



2

في الخلاط الكهربائي، ضعي الدجاج المقطع و المعدنوس و الطرشى الأخضر المقطع و الطرش الأحمر، اخلطي جيدا. Dans un mixeur électrique, mettre le poulet coupé en morceaux, le persil, le poivron vert et le poivron rouge coupés en lanières, bien mélanger.



3

ضعي الدجاج المرحي داخل و عاء، أضيفي صفار البيض و الجبن المبشور و اخلطي جيدا.

Mettre le poulet mixé dans un bol, ajouter le jaune d'œuf et le fromage râpé, bien mélanger.

المقادير

- 2 صدور دجاج
- 4 ملاعق كبيرة معدنوس
- 1 طرشى أخضر
- 1 طرشى أحمر
- فلفل أسود
- فلفل ابيض
- ملح
- معكرونة بنيه
- خبز يابس مرعي
- بيض

INGRÉDIENTS

- 2 blancs de poulet
- 4 cuillères à soupe de persil
- 1 poivron vert
- 1 poivron rouge
- Poivre noir
- Poivre blanc
- Sel
- Pâtes penne
- Chapelure
- Œuf

Vous pouvez préparer cette recette un jour ou deux à l'avance et garder les cuisses au congélateur puis les frire directement.

يمكنك تحضير هذه الوصفة يوم أو يومين من قبل، احتفظي بالأفخاذ في التلاجة (المجمد) ثم اقليها فور اخراجها.



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Pilons de poulet en pâte

أفخاذ الدجاج بالعجينة



أضيفي البصل المقطع رقيق و المعدنوس و الجبن المبشور، و في الأخير ضعي الأفخاذ المطهية و المقطرة من مرق الطهي.

Ajouter l'oignon ciselé, le persil et le fromage râpé, à la fin mettre les pilons de poulet cuits et égouttés.



ارفعي أطراف العجينة و الصقيها على الفخذ و ثبتها جيدا.

Soulever les bords de la pâte et les coller au pilon et bien coller.



ضعي الأفخاذ في صينية الفرن المرشوشة بالفرينة و زينها بالأزهار ثم اطلبيها بالبيض و ادخليها الفرن، اتركها حتى تتحمر العجينة.

Mettre les pilons dans un plat fariné, décorer les pilons avec des fleurs faits avec la pâte, badigeonner d'œuf et enfourner jusqu'à dorure de la pâte.



داخل طنجرة، ضعي الدجاج و حمريه في الزيت مع البصل و أضيفي الفلفل الأسود و الأبيض و مرقي بالماء و دعي الأفخاذ على النار حتى تستوي.

Dans une marmite, faire rôtir le poulet dans l'huile avec l'oignon, ajouter le poivre noir et le poivre gris, couvrir d'eau et laisser cuire les pilons.



حضري العجينة: في وعاء، ضعي الفرينة مع قطع الزبدة، اخلطي باليد لتمتزج الفرينة مع الزبدة ثم أضيفي الملح الى الماء اجمعي العجينة حتى تتماسك و ادخليها الثلاجة لترتاح.

Préparer la pâte : dans un bol mettre la farine et les morceaux de beurre, mélanger avec la main pour incorporer la farine et le beurre, ajouter l'eau et laisser reposer la pâte dans le frigo.



على طاولة عمل مرشوشة بالفرينة، ابسطي العجينة و قطعيها إلى مربعات و ضعيها داخل قالب غميق و ضعي فوقها شرائح الجبن و الفقاع.

Sur un plan de travail fariné, abaisser la pâte et découper en carré puis disposer dans un ramequin profond, déposer dessus les tranches de fromage.

المقادير

- 3 فخذ دجاج
- 3 قطع شرائح مربعة من الجبن
- 100 غ جبن غرويبار
- علبة فقاع
- معدنوس
- 1 بصل مقطع رقيق
- ملح و فلفل أسود
- 3 ورق الرند
- العجينة:
- 250 غ فرينة
- 125 غ زبدة مقطعة مربعات صغيرة
- نصف ملعقة صغيرة ملح
- نصف كأس ماء بارد

INGRÉDIENTS

- 3 pilons de poulet
- 3 tranches de fromage carré
- 100 g de gruyère
- 1 boîte de champignon
- Persil
- 1 oignon ciselé
- Sel, poivre noir
- 3 feuilles de laurier
- La pâte :
- 250 g farine
- 125 g beurre coupé en dés
- ½ cuillère à café sel
- Un demi-verre d'eau

Pour savoir si les champignons sont comestibles ou pas, les saupoudrer de sel si leur couleur devient jaune ils ne sont pas comestibles si la couleur devient noire c'est qu'ils sont frais et comestibles.

لمعرفة إذا كان الفقاع سام أو لا، رشيه بالملح إذا تحول لونه إلى أصفر فهو سام و إذا كان أسودا فهو طازج و صالح للأكل.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Tadjine de poulet aux petits pois طاجين الدجاج بالجلبانة



4
اخلطي جميع المكونات و أضيفي عصير نصف حبة ليمون. و اخلطي مجددا.
Mélanger tous les ingrédients, ajouter le jus d'un demi-citron. Mélanger encore.



5
صبّي الخليط المحضر داخل قوالب صغيرة و املئها جيدا.
Verser le mélange préparé dans des ramequins, bien remplir les ramequins.



6
ضعي القوالب داخل قالب مملوء بالماء و ادخلي قالب حمام مريم إلى فرن درجة حرارته 200° و اتركي القوالب حتى يجف البيض و يتماسك اخرجي القوالب من الفرن و قدميها مع المرق.
Mettre les ramequins dans un moule rempli d'eau, mettre le moule de bain marie dans un four préchauffé à 200°C. Laisser cuire les œufs, servir dans les ramequins avec la sauce.



1
داخل طنجرة، ضعي الدجاج ليحمر في الزيت و تبلي بالملح و الفلفل الأسود، أضيفي البصل و مرقى بالماء ثم ضعي الجلبانة. اتركي الطنجرة على النار حتى يستوي الدجاج و الجلبانة.
Dans une marmite, faire dorer les morceaux de poulet dans l'huile, saler et poivrer, ajouter l'oignon et arroser d'eau puis mettre les petits pois. Laisser cuire le poulet et les petits pois.



2
في وعاء، ضعي البيض و المعدنوس و الملح و الفلفل الأسود و الجبن المقطع إلى مربعات صغيرة.
Dans un saladier, mettre les œufs, le persil, le sel, poivre noir et les morceaux de fromage.



3
اخلطي جيدا، صفي الجلبانة من المرق المحضر و ضعيه في الوعاء مع البيض و الجبن ثم أضيفي الدجاج المفنت.
Bien mélanger, égoutter les petits pois et mettre dans le saladier avec les œufs et le fromage puis ajouter le poulet émietté.

المقادير

- قطع دجاج
- 1 كغ جلبانة
- قطع جبن (اختباري)
- 2 بصل
- باقة بقدونس
- ملح
- فلفل أسود وأبيض
- 6 بيض
- عصير نصف ليمون

INGRÉDIENTS

- Morceaux de poulet
- 1 kg de petits pois
- Fromage fondu (facultatif)
- 2 oignons
- 1 bouquet de persil
- Sel
- Poivre noir et blanc
- 6 œufs
- Le jus d'un demi-citron

Pour préserver la couleur verte des petits pois, laisser cuire sans couvrir les cinq premières minutes après ébullition.

للاحتفاظ باللون الأخضر للجلبانة، اتركي القدر دون غطاء في الخمس دقائق الأولى بعد الغليان.

مدونته كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Poulet aux deux fromages

دجاج بنوعين من الجبن



رمدى الدجاج الملفوف في الفريضة و اطلية مرة اخرى بالبيضة المخفوق.

Napper les blancs de poulet dans la farine puis les faire tremper dans l'œuf battu.



رمدى الدجاج في الخبز اليابس المرحي.

Napper les blancs de poulet en portefeuille dans la chapelure.



اقلي الدجاج الملفوف في الزيت الساخن ثم ضعيه في قالب و ادخله الفرن.

Frir les blancs en portefeuille dans l'huile chaude, mettre dans un moule et enfourner jusqu'à dorure.



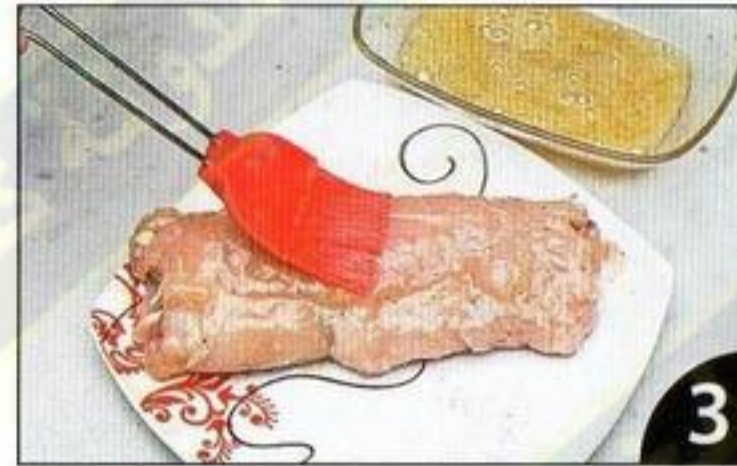
قطعي صدور الدجاج إلى شرائح رقيقة و ابسطها بالمطرقة ثم تبليها بالملح و الفلفل الأسود.

Couper les blancs de poulet en fines tranches, abaisser à l'aide d'un marteau puis saler et poivrer.



ضعي شريحة كبيرة من جبن ايدام و شريحة اخرى من جبن غرويبار و لفي شرائح الدجاج.

Déposer une tranche du fromage d'edam, et une tranche de gruyère, enrouler les tranches de poulet.



اطلي الدجاج الملفوف بالبيضة باستعمال الفرشاة.

Badigeonner les blancs de poulets farcis de fromage d'œuf battu en utilisant un pinceau.

المقادير

• 3 صدور دجاج

• قطعة جبن ايدام (جبن بالقشرة الحمراء)

• قطعة جبن غرويبار

• ملح فلفل اسود

• خبز يابس مرحي

• 1 بيض

• فريضة + جلجلان

• زيت للقلي

INGRÉDIENTS

• 3 blancs de poulet

• Un morceau de fromage d'edam

• Un morceau de gruyère

• Sel, poivre noir

• Chapelure

• 1 œuf

• Farine + grains de sésame

• Huile pour friture

Ne jamais précuire le poulet, cela fait naître les bactéries.

لا تطهي أبدا الدجاج نصف طهي لأن ذلك يولد البكتيريا.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Poulet roulé aux épinards

دجاج ملفوف بالسلق



4
ضعي شرائح الجبن فوق عجينة الدجاج و السلق المبسوطتين فوق ورق الألمنيوم.
Disposer les tranches de fromage sur les épinards et le poulet étalés sur le papier aluminium.



1
داخل خلاط، ضعي الدجاج المقطع و العدنوس و البصل و تبلي بالملح و الفلفل الأسود. اخلطي جيدا و احتفظي به.
Dans un mixeur, mettre le poulet en morceaux et l'oignon, saler et poivrer. Bien mélanger. Réserver.



5
لفي العجنتين حتى تتحصلي على حربوش كبير و لفي الحربوش داخل ورق الألمنيوم.
Enrouler jusqu'à l'obtention d'un gros boudin, enrouler le boudin dans le papier aluminium.



2
داخل خلاط، ضعي المعدنوس و السلق و البصل و تبلي بالملح و الفلفل الأسود وملعقتين من عجينة الدجاج. اخلطي جيدا.
Dans un mixeur, mettre le persil, les épinards et l'oignon, saler et poivrer et ajouter deux cuillères du poulet mixé.



6
ضعي الحربوش داخل قالب و ادخليه فرن درجة حرارته 200° لمدة ساعتين.
Mettre le boudin dans un moule et mettre dans un four à 200° C pendant 1 heure.



3
ادهني ورقة الألمنيوم بالزيت و ابسطي عجينة الدجاج فوق ورق الألمنيوم المدهونة بالزيت و ابسطي السلق المرحي من فوق.
Badigeonner d'huile une feuille d'aluminium, étaler dessus la boule du poulet haché, puis la boule du mélange des épinards.

المقادير

- قطع دجاجة بوزن 800 غ بدون عظام
- باقة سلق مغلي الأوراق فقط
- الأوراق فقط
- 2 بيض
- 1 بصل مقطع رقيق
- معدنوس مقطع رقيق
- 2 فصوص ثوم مرحي
- شرائح الجبن
- ملح
- فلفل أسود و فلفل أبيض

INGRÉDIENTS

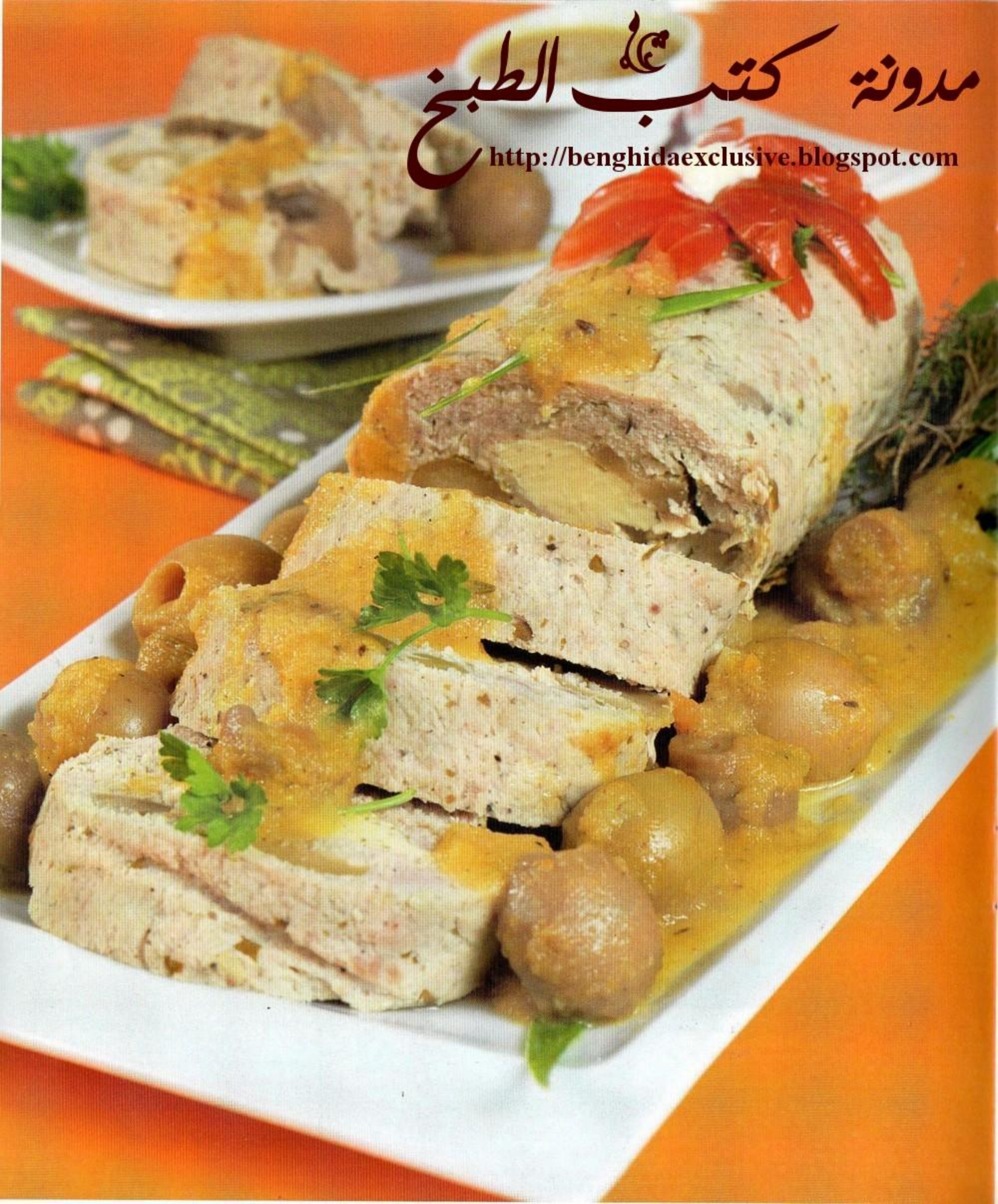
- Poulet de 800 g en morceaux désossé
- Un bouquet d'épinards bouillis
- 2 œufs
- 1 oignon émincé
- Persil ciselé
- 2 gousses d'ail haché
- Tranches de fromage
- Sel
- Poivres noir et blanc

Quand vous faites revenir le poulet, arrosez le avec du bouillon ou de l'eau chaude pour éviter les bactéries.

بعد تقليّة الدجاج، من المفضل أن تمرقيه بالمرق أو الماء الساخن لتفادي تكاثر البكتيريا.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Paté au poulet



داخل طنجرة، ضعي الماء و الزيت و الجزر المقطع طوليا ثم أضيفي اكليل الجبل و الثوم و عود القرفة و حبة البصل المغروسة بالقرنفل أضيفي التوابل و الملح و الفقاع و الزيتون الأخضر.

Dans une marmite, mettre l'eau et la carotte puis ajouter le romarin, l'ail, la cannelle et l'oignon piqué de clous de girofle, épicer et saler, ajouter les champignons et les olives vertes.



ضعي في القدر حربوش الدجاج الملفوف في قطعة القماش و اتركه ليطهو مع الخضر. Mettre le boudin de poulet roulé dans la serviette, laisser cuire avec les légumes dans une marmite.



في الأخير، ضعي المرق المحضر مع حربوش الدجاج داخل الخلاط الكهربائي و أضيفي الكريمة الطازجة و امزجي الكل. ضعي هذا الخليط بضع دقائق على النار و قدميه مع شرائح كاشير الدجاج.

A la fin, verser le bouillon préparé dans le mixeur, ajouter la crème fraîche et mixer le tout. Mettre ce mélange quelques minutes sur le feu puis le servir avec les tranches de cachir.

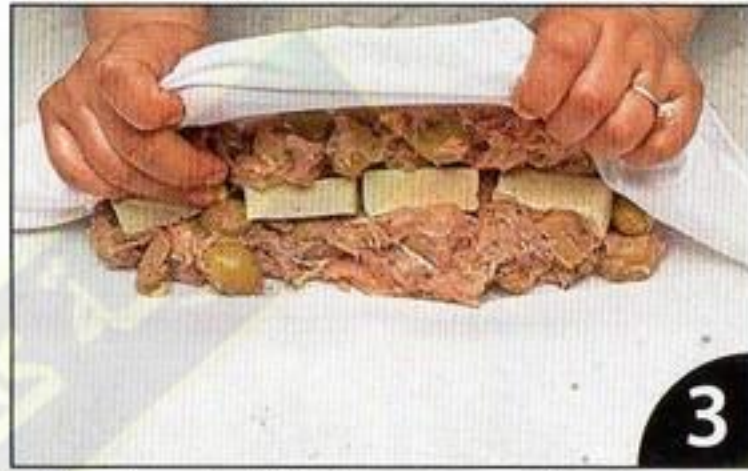


في خلاط ضعي الدجاج المقطع و المعدنوس و تبلي بالملح و الفلفل الأسود و أضيفي الزنجبيل المطحون و اخلطي. أضيفي البيض من فتحة غطاء الخلاط.

Dans un mixeur, mettre le poulet coupé en morceaux, saler et poivrer, ajouter le gingembre en poudre et mélanger. Couvrir et mixer puis ajouter l'œuf.



قطعي الفقاع و أضيفيه مع الزيتون الأخضر إلى عجينة الدجاج اخلطي بيدك. Découper les champignons et les ajouter aux olives vertes et au poulet mixé puis mélanger le tout avec les mains.



ضعي خليط اللحم على قطعة قماش و ابسطيها و أضيفي قطع الجبن ثم لفّي الحربوش بقطعة القماش اربطي الأطراف بالخيوط.

Mettre le mélange sur une serviette blanche, disposer les morceaux de fromage puis enrouler avec la serviette et bien fermer sur les bords avec un fil.

باتي بالدجاج

المقادير

- دجاجة كاملة وزن 1500 كلف بدون عظم
- 1 بيض
- 200 جبن طري
- ملح و فلفل أسود
- زنجبيل مطحون
- معدنوس
- 1 بصل
- 200 غ فقاع
- 200 غ زيتون أخضر منزوع النواة
- 2 جزر مقطع طوليا
- قرنفل
- اكليل الجبل

INGRÉDIENTS

- 1 poulet de 1500 g désossé
- 1 œuf
- 200 g fromage fondu
- Sel, poivre noir
- Gingembre en poudre
- Persil
- 200 g champignons
- 1 oignon
- 200 g olives vertes dénoyautées
- 2 carottes coupées en juliennes
- Clous de girofle
- Le bâton de cannelle

Vous pouvez garder ce pâté au frigo et le servir avec une salade. Vous vous pouvez préparer le pâté avec les blancs de dinde.

يمكنك الاحتفاظ بهذا الباتي في الثلاجة و تقديمه مع السلطة. يمكنك تحضير الباتي بصدور الديك الرومي.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Poulet roulé avec la viande hachée

دجاج رولي باللحم المرحي



4 لفي عجينتي الدجاج و اللحم المبسوطتين باستعمال ورقة الألمنيوم حتى تتحصلي على حربوش كبير.

Enrouler les deux pâtes abaissées en utilisant la feuille d'aluminium, jusqu'à l'obtention d'un gros boudin.



5 صبي الزيت من فوق و لفي حربوش الدجاج الملفوف باللحم المرحي داخل ورق الألمنيوم.

Arroser d'huile, enrouler le boudin de poulet à la viande hachée dans le papier aluminium.



6 ضعي الدجاج الملفوف في ورق الألمنيوم في فرن درجة حرارته 200° لمدة نصف ساعة ، ثم حمريه قليلا في المقلاة.

Mettre le poulet roulé dans du papier aluminium, bien fermer et mettre au four à 200°C pendant une demi-heure, puis faire rôtir un peu dans un poêle.



1 داخل الخلاط الكهربائي، ضعي قطع الدجاج و البصل و المعدنوس و الكريمة الطازجة و الخبز اليابس مرحي و الفلفل الأسود و الأبيض و الملح و الزنجبيل المطحون. اخلطي و احتفظي بها.

Dans un batteur électrique, mettre les morceaux de poulet, l'oignon, le persil, la crème fraîche, la chapelure les poivre noir et blanc, le sel et le gingembre. Mixer le tout. Réserver.



2 داخل الخلاط الكهربائي، ضعي اللحم المرحي و البصل و المعدنوس و الكريمة الطازجة و الخبز اليابس مرحي و التوابل و الملح. اخلطي. ابسطي الدجاج المرحي فوق ورق الألمنيوم.

Dans un batteur électrique, mettre la viande hachée, l'oignon, le persil, la crème fraîche, la chapelure les épices et le sel. Mixer le tout. Etaler le poulet haché sur du papier aluminium.



3 ابسطي فوق عجينة الدجاج اللحم المرحي و ضعي قطع الجبن الطري من فوق.

Etaler la pâte de viande hachée sur le poulet haché, disposer les morceaux de fromage fondu dessus.

المقادير

- نصف دجاجة بوزن 800غ
- 500 غ لحم بقري مرحي
- جبن طري
- 2 ملاعق كبيرة كريمة طازجة
- 4 ملاعق كبيرة معدنوس
- ملح
- فلفل أسود و فلفل أبيض
- زنجبيل مطحون
- 2 بيض
- 2 ملاعق كبيرة خبز يابس مرحي
- 2 بصل كبير

INGRÉDIENTS

- Un demi-poulet de 800 g
- 500 g de viande du bœuf hachée
- Fromage fondu
- 2 cuillères à soupe crème fraîche
- 4 cuillères à soupe persil
- Sel
- Poivre noir et poivre blanc
- Gingembre en poudre
- 2 œufs
- 2 cuillères à soupe chapelure
- 2 gros oignons

Pour préparer un roulé de poulet, vous pouvez le cuire et le préserver pendant une semaine au frigo et un mois au congélateur.

لتحضير رولي الدجاج يمكنك طهييه و الاحتفاظ به لمدة أسبوع في البراد و لمدة شهر في التلاجة.



مدونة كتّاب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

دجاج ملفوف باللحم المرحي Poulet farci à la viande hachée

المقادير

- دجاجة بوزن 2 كغ
- ملح و فلفل اسود
- 300 غ لحم مرحي
- 1 بيض
- 2 طماطم مرحية
- معدنوس
- 6 بيض مغلي
- زيت
- 1 طماطم
- زنجبيل مطحون
- كمون
- فلفل أبيض
- 2 فصوص ثوم مرحي

INGRÉDIENTS

- 1 poulet de 2 kg
- Sel, poivre
- 1 œuf
- 2 tomates râpées
- Persil
- 6 œufs durs
- Huile
- 1 tomate
- Gingembre en poudre
- Cumin
- Poivre blanc
- 2 gousses d'ail haché



ضعي الدجاجة في قالب، أضيفي الزيت إلى وعاء التوابل المحضر و باستعمال فرشاة اطلي الدجاجة المحشية باللحم المرحي.

Mettre le boudin dans un plat et badigeonner d'huile assaisonnée de poivre noir.



في وعاء ضعي الطماطم المرحية و أضيفي التوابل و الثوم المرحي و اخلطي.

Dans un bol, mettre les tomates râpées, ajouter les épices et l'ail haché puis mélanger.



ضعي صلصة الطماطم المتبلبة فوق الدجاجة المحشية و ضعي فوقها شرائح الطماطم. ادخلي القالب الفرن لمدة 30 دقيقة إلى ساعة.

Mettre la sauce tomate épicée sur le poulet farci et disposer les rondelles de tomate dessus. Mettre dans un moule et enfourner pendant 30 minutes.



حضري المقادير. باستعمال سكين صغير و حاد قطعي الدجاج و انزعي عنها عظمها. Préparer les ingrédients. En utilisant un petit couteau et bien... désosser le poulet.



في وعاء صغير اخلطي جميع التوابل معا و تبلي بها الدجاجة. في وعاء، ضعي اللحم مع البيض و تبليه بنفس التوابل. ابسطي الدجاجة و ضعي اللحم المرحي في الوسط و ضعي البيض المغلي.

Dans un bol, mélanger tous les épices puis étaler le mélange d'épices sur le poulet. Dans un saladier mettre la viande et ajouter le mélange des épices. Etaler le poulet désossé, disposer la viande hachée au milieu et les œufs durs en dessus.



اغلقي حربوش اللحم المحشي بالبيض المغلي و لفي عليه الدجاجة منزوعة العظام. لفي الدجاجة جيدا و اربطها بالخيط جيدا كما هو مبين في الصورة. Fermer le boudin de viande farci avec les œufs, enrôler le poulet désossé sur le boudin. Bien enrôler le poulet et bien enrôler d'un fil de cuisine.

Pour avoir un poulet bien doré, ajoutez une cuillère à café de sucre à la sauce tomate.

لتحصلي على دجاج محمر بلون ذهبي، أضيفي ملعقة صغيرة من السكر إلى صلصة الطماطم.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Poulet aux herbes sauvages

دجاج بالأعشاب البرية



4

غلفي الكسكاس بورق الألمنيوم أو غلفي الدجاجة فقط من الأسفل و ضعي الغطاء على الكسكاس.

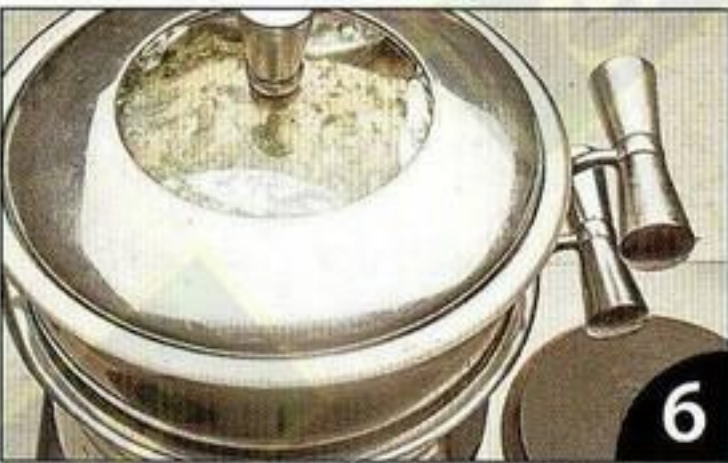
Couvrir le couscoussier de papier aluminium, ou couvrir avec le poulet en laissant une ouverture au top, couvrir le couscoussier.



5

ضعي أوراق البسباس داخل الماء مع اكليل الجبيل و اتركه يغلي.

Mettre les feuilles de fenouil et les branches de romarin dans l'eau et porter à ébullition.



6

عندما يصل الماء إلى درجة الغليان ضعي الكسكاس من فوق. اتركي الدجاجة تطهو على البخار حتى تصبح طرية و خذي المرق المستخرج في ورق الألمنيوم و قدميها مع الأعشاب البرية.

Une l'eau bouillie, disposer le couscoussier. Laisser le poulet cuire à la vapeur jusqu'à ce qu'il devienne tendre, prendre la sauce extraite du poulet et servir avec les herbes.



1

حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



2

في وعاء امزجي كل الأعشاب المقطعة مع الليمون و الزيت و الملح، ضعي الأعشاب داخل الخلاط الكهربائي و ارحي الأعشاب.

Dans un saladier, mélanger toutes les herbes ciselées avec le citron et le sel, mettre les herbes assaisonnées dans un robot électrique et mixer les herbes.



3

تبلي الدجاجة بخليط الأعشاب المرحية و ضعيها في وعاء و غطيها بفيلم بلاستيكي و اتركها ترتاح في الثلاجة.

Assaisonner le poulet avec le mélange d'herbes mixées et disposer le poulet dans un saladier puis couvrir d'un film plastique, laisser reposer au frigo.

المقادير

- دجاجة بوزن 2 كغ
- ملح و فلفل أسود
- عصير حبة ليمون
- أعشاب برية
- زعتر
- بسباس بري
- اكليل الجبل
- نعناع بري

INGRÉDIENTS

- Un poulet de 2 kg
- Sel, poivre
- Le jus d'un citron
- Herbes sauvages
- Origan
- Fenouil sauvage
- Romarin
- Menthe sauvage

Vous pouvez utiliser les herbes de Provence séchées. Pour savoir si votre poulet est bien cuit, piquez-le avec un couteau, s'il y a du jus de cuisson qui en sort c'est que votre poulet n'est pas encore cuit.

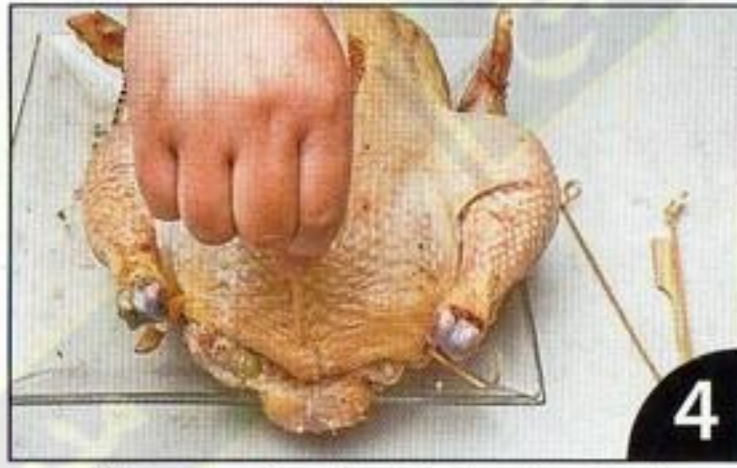
يمكنك استعمال أعشاب بروفانس المجففة في هذه الوصفة. لمعرفة إذا نضج الدجاج، اغرسي سكين في اللحم إذا خرج الماء منه فهو لم ينضج و إذا بقي جافاً فهو قد نضج.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



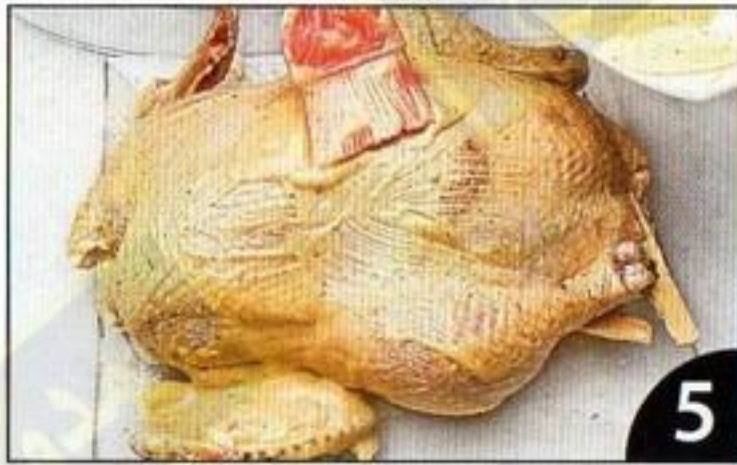
دجاج محشي باللحم و الأرز Poulet farci à la viande hachée et au riz



4

اغلقي الدجاجة و اخطيها جيدا أو استعملي المسواك لشدها حتى لا تنفتح خلال عملية الطهي.

Fermer le poulet et le coudre ou utiliser un cure-dent pour que le poulet ne s'ouvre pendant la cuisson.



5

باستعمال الفرشاة، اطلي الدجاجة بالخردل جيدا في جميع أطرافها.

En utilisant un pinceau, badigeonner tout le poulet de moutarde.



6

ضعي الدجاجة المطلية داخل قالب الفرن و ادخليه فرن درجة حرارته 200° حتى تتحمر.

Mettre le poulet badigeonné dans un moule et mettre au four à 200° C jusqu'à dorure.

Le cari est une épice composée de : oignon séché, ail séché en semoule, curcuma, thym séché, sel, poivre gris ou noir, gingembre et tomate séchée (facultatif).

يعتبر الكاري نوعا من التوابل و يتكون من : بصل مجفف و ثوم مجفف مطحون و كركم و زعيرة مجففة و ملح و فلفل رمادي أو أسود و زنجبيل و طماطم مجففة (اختياري).



1

في وعاء، ضعي اللحم و الأرز و الجلبانة المفورة و حبة البيض و الثوم و الياغورت و الجبن الطري و ملعقة كبيرة من الخردل. اخلطي جيدا ثم أضيفي التوابل.

Dans un saladier, mettre la viande, le riz, les petits pois cuits à la vapeur, l'œuf, le yaourt, le fromage fondu, et la cuillère de moutarde. Bien mélanger puis ajouter les épices.



2

ضعي 2 ملاعق كبيرة من الخردل، أضيفي عصير نصف ليمون و الزيت ثم أضيفي التوابل و الملح و اخلطي جيدا.

Mettre 2 cuillères à soupe de moutarde, ajouter le jus d'un demi-citron et l'huile puis ajouter les épices et sel, bien mélanger.



3

اطلي الدجاجة من الداخل بخليط الخردل المحضر و احشي الدجاجة بحشو اللحم و الأرز.

Badigeonner le poulet avec le mélange de moutarde préparé et farcir le poulet avec la farce de viande hachée et de riz.

المقادير

- دجاجة بوزن 250 غ
- 250 غ لحم بقري مرحي
- 200 غ أرز مطهي
- ملح وفلفل أسود
- زنجبيل
- كمون
- 200 غ جلبانة مفورة
- نصف حبة ليمون
- 2 ملاعق كبيرة خردل
- 2 بيض
- 200 غ ففاعة
- معدنوس
- 2 فصوص ثوم مرحي
- 1 علبة ياغورت طبيعي
- جبن طري
- زيت

INGRÉDIENTS

- Un poulet de 250 g
- 250 g de viande de bœuf hachée
- 200 g riz cuit
- Sel, poivre
- Gingembre
- Cumin
- 200 g petits pois
- Un demi-citron
- 2 cuillères à soupe moutarde
- 2 œufs
- 200 g champignons
- Persil
- 2 gousses d'ail haché
- 1 pot de yaourt nature
- Fromage fondu
- Huile





Samira^{tv}

La première chaîne TV algérienne spécialisée dans l'Art culinaire et la couture

قناة سميرة

أول قناة جزائرية لفن الطبخ و الخياطة

القمر الصناعي : نيلسات

تردد القناة : 12418 أفقي 27500

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidatexclusive.blogspot.com>

Satellite: NILESAT

Fréquence: 12418 H 27500



Djekkoune Khadidja

plats &
astuces

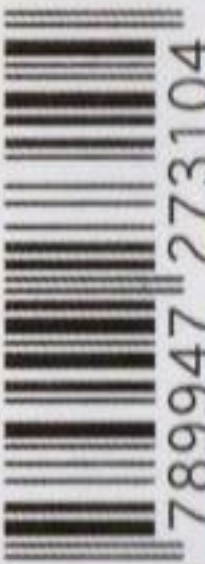
Spécial poulet

15 recettes

مدونة كتب الطبخ
<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Dépôt légal : 3853 - 2013



9 789947 273104