

www.cuisine4arabe.com

www.cuisine4arabe.com



الطبخ السهل
من أ إلى ي
31 وصفة

سحاب فايزة
أطباق
من التراث

Cuisine facile
de A à Z
31 recettes

Sahab Faïza
Plats
du patrimoine



www.cuisine4arabe.com

www.cuisine4arabe.com

Edition
La Plume

Edition
La Plume

Dépôt légal : 582 - 2012
9 789947 272275



8
طاجين الخوخ
Tadine el khoukh



6
طاجين الجبن
Tadine au fromage



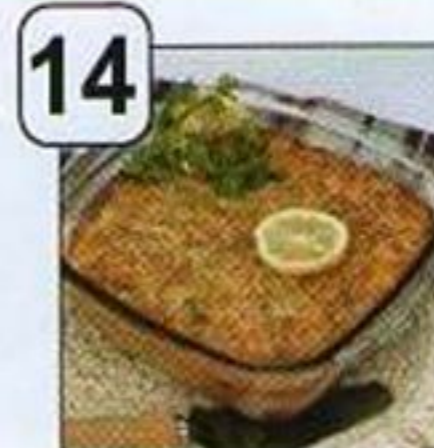
4
سكران في الدروج
Sakran fedroudj



2
مشماش شاشي
Mechmache chachi



16
طاجين لبنين
Tadjine el bnine



14
البرانية
El barrania



12
الباي في حكمتو
El bey fi hakamtou



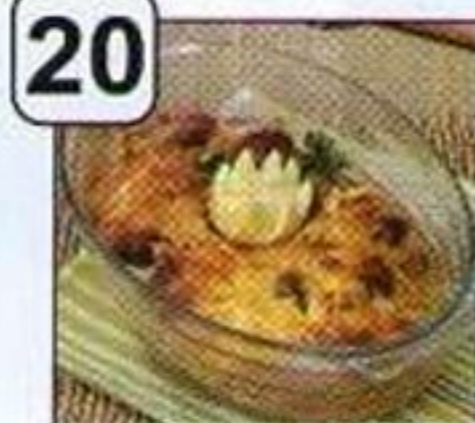
10
تصدام الآغا
Tasdam el agha



24
يهني
Y'hani



22
مخ الشيخ
Mokh achikh



20
طاجين الرخام
Tadjine errkhame



18
مصران صلصة حمراء
Mesrane sauce rouge



32
المدقوق (عين سبنولية)
El medgoug (ain spanioulia)



30
مصران صلصة بيضاء
Mesrane sauce blanche



28
خفافية
Kheffatia



26
مدريل
M'darbel



40
دار عمي
Dar ammi



38
طاجين الشهدة
Tadjine achahda



36
خداوج على الدربوز
Khdawaj ala darbouz



34
زيتون معمر
Zitoune maàmar



48
شباح الصفرة
Ch'bah essafra



46
صبيعات لعروسة
Sbiaatte laàroussa



44
السفيرية
Sfirya



42
تورطة
Tourta



56
بوراك بالعجينة
Bourek à la pâte



54
سلطة طبقة بطيخة
Salade



52
لحم لخلو
Lahm Lahlou



50
رشطة في الفرن
Rechta au four



62
معجون تبسة
Madjoun Tibsa



60
فلانديز
Flanidiz



58
خبز الكوشة
Khoz el coucha

Mechmache chachi

مشماش شاشي



4

قطري الكريات و ضعها في عجينة الفريته (3 بيض، ملح، فلفل أسود، قرفة و فريته) أقلبها.

Egoutter les boulettes et les poser dans la pâte à frire (3 œufs, sel, poivre, cannelle et farine), frire.



5

خففي عجينة الفريته بالبيضتين المتبقيتين و مرري الكريات مرة ثانية في هذه العجينة. أقلبي الكريات مرة ثانية.

Alléger la pâte à frire avec les deux œufs restants et faire passer les boulettes frites une 2ème fois dans cette pâte. Frire les boulettes une autre fois.



6

ضعي المشمشات في الطنجرة و اتركها تطهى 5 د. أضيفي الدرسة، أطفئي النار و غطيها.

Mettre les mchimchettes dans la marmite et laisser 5 mn. Ajouter la dersa, éteindre le feu et couvrir.



1

حضري الصلصة البيضاء: ضعي الدجاج، البصل، الملح، الفلفل الأسود، القرفة، الزيت، السمّن، ½ كأس شاي ماء و حمسي 10 د.

Préparer la sauce blanche: mettre le poulet, l'oignon, le sel, le poivre, la cannelle, l'huile, le smen, ½ verre à thé d'eau et faire revenir 10 mn.



2

أضيفي الفريته، الحمص و ½ كأس شاي ماء و حمسي 5 د. مرقي بالماء الساخن و اتركها تطهى 20 د.

Ajouter la farine, les pois chiches et ½ verre à thé d'eau et faire revenir 5mn. Mouiller avec l'eau chaude et laisser cuire 20 mn.



3

مشمشات: أخلطي جميع المقادير، شكلي كريات صغيرة و ضعها في الصلصة، اتركها تطهى 10 د.

Mchimchette: mélanger tous les ingrédients, former de petites boulettes et les poser dans la sauce. Laisser cuire 10 mn.

المقادير

• صلصة بيضاء	• عجينة الفريته
• بجاجة مقطعة 8 اطراف	• 5 بيض
• 10 بصل مبشور	• ملح فلفل أسود و قرفة
• 10 ملعقة صغيرة ملح	• فريته
• ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود	• الدرسة
• 10 قرفة فرقة	• 3 سنينات ثوم مسحوقة
• 10 ملعقة كبيرة سمن	• 10 ملعقة صغيرة كمون
• 20 ملاعق كبيرة زيت	
• 10 ملعقة صغيرة فريته	
• 200 غ حمص	
• 10 لتر ماء ساخن	
• مشمشات	
• 250 غ لحم مرعي	
• 10 بصل صغير مبشور	
• 10 ملعقة صغيرة سمن	
• ½ ملعقة صغيرة ملح	
• 10 قرفة فلفل أسود	
• 10 قرفة فرقة	
• 1 بيض بيض	

INGRÉDIENTS

• Sauce blanche	• La pâte à farine
• 1 poulet coupé en 8 morceaux	• 5 œufs
• 1 oignon râpé	• Sel, poivre et cannelle
• 1 c. à c. de sel	• Farine
• ½ c. à c. de poivre noir	• Dersa
• 1 pincée de cannelle	• 3 gousses d'ail pilées
• 1 c. à s. de smen	• 1 c. à c. de cumin
• 2 c. à s. d'huile	
• 1 c. à c. de farine	
• 200 g de pois chiches	
• 1 litre d'eau chaude	
• Mchimchette	
• 250 g de viande hachée	
• 1 petit oignon râpé	
• 1 c. à c. de smen	
• ½ c. à c. de sel	
• 1 pincée de poivre noir	
• 1 pincée de cannelle	
• 1 blanc d'œuf	



Sakran fedroudj

سكران في الدروج



4

حضري العصيات: بالمقادير المذكورة أعلاه شكلي عصيات و اقليها.

Préparer les bâtonnets : avec les ingrédients cités, façonner des bâtonnets et les faire frire.



5

لفي كل عصية في شريحة باذنجان و ثبتها بأعواد خشبية.

Rouler chaque bâtonnet dans une tranche d'aubergine et piquer avec un cure-dents.



6

ضعي ملفوفات الباذنجان في الطنجرة، أسكبي الخل و اتركها تطهى 10 د.

Mettre les roulets d'aubergine dans la marmite, verser le vinaigre et laisser cuire 10 mn.



1

حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



2

حضري الصلصة الحمراء: في طنجرة، ضعي اللحم، الدرسة، الفلفل الأسود، القرفة، السمن والزيت. أضيفي كأس شاي ماء و حمسي الكل 15 د.

Préparer la sauce rouge : dans une marmite, mettre la viande, la dersa, le poivre noir, la cannelle, le smen et l'huile. Ajouter 1 petit verre à thé d'eau et faire revenir 15 mn.



3

أضيفي الفلفل الأحمر والحمص ثم مرقبها بالماء و اتركها تطهى 30 د على نار متوسطة.

Ajouter le poivre rouge et les pois chiches puis mouiller avec l'eau et laisser cuire

المقادير

- 500 غ باذنجان مقطع طوليا، ملح و مقلي
- صلصة حمراء
- 500 غ لحم خروف مقطع
- الدرسة (أراس نوم مهرس 1 ملعقة صغيرة ملح 1 ملعقة صغيرة كروبة 1 ملعقة صغيرة فلفل حار)
- 1/2 ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرفة
- 1 ملعقة كبيرة فلفل أحمر
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 1 ملعقة كبيرة زيت قلي الباذنجان
- 1/2 كأس شاي خل
- 200 غ حمص منقوع ليلة من قبل
- 1 لتر ماء ساخن

INGRÉDIENTS

- 500 g d'aubergines coupées dans le sens de la longueur, salées et frites
- La sauce rouge
- 500 g de viande d'agneau coupée en morceaux
- Dersa (1 tête d'ail pilée, 1 c. à c de sel, 1 c. à c de carvi, 1 c. à c de piment fort)
- 1/2 c. à c. de poivre noir
- 1 pincée de cannelle
- 1 c. à s. de poivre rouge
- 1 c. à s. de smen
- 1 c. à s. d'huile de friture des aubergines
- 1/2 verre à thé de vinaigre
- 200 g de pois chiches trempés la veille
- 1 litre d'eau chaude

Bâtonnets

- 2 mesures de viande hachée
- 1/2 mesure de chapelure
- 1 mesure de fromage râpé
- 1 c. à c. de smen
- Dersa (la même que la sauce)
- 1 pincée de poivre noir
- 1 c. à c. de poivre rouge
- 1 à 2 œufs

Tadjine au fromage

طاجين الجبن



4

أسكب الخليط في صينية فرن مدهونة بالزيت.

Verser le mélange dans un plat huilé allant au four.



5

ضعي من فوق الجبن المقطع شرائح و ذري الخبز اليابس المرحي.

Poser dessus le fromage coupé en lamelles et parsemer de chapelure.



6

أسكب ¼ لتر من الصلصة مع ½ كيس خميرة. أطيها في الفرن 30 د على 180°.

Verser dessus ¼ de litre de sauce mélangée avec ½ sachet de levure. Enfourner 30 mn à 180°.



1

حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



2

الصلصة : في طنجرة ضعي جميع المقادير و حمسي 5 د مع ½ كأس شاي من الماء، مرقي بالماء الساخن و اتركي الكل يطهى 30 د.

La sauce : dans une marmite mettre tous les ingrédients et faire revenir 5 mn avec ½ verre à thé d'eau, mouiller avec l'eau chaude et laisser cuire 30 mn.



3

أخفقي البيض مع ¼ لتر من الصلصة، صدر الدجاج المفتت و ½ كيس خميرة.

Batte les œufs avec ¼ de litre de sauce, le blanc de poulet émietté et ½ sachet de levure.

المقادير

• الصلصة البيضاء

- 1 صدر دجاج
- 1 بصل مبشور
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة قرفة
- 1 لتر ماء ساخن

• الخليط

- 8 بيض
- 1 كيس خميرة كيميائية
- 1 قطعة جبن أبيض
- 1 كأس خبز يابس

INGRÉDIENTS

• Sauce blanche

- 1 blanc de poulet
- 1 oignon râpé
- 2 c. à s. d'huile
- 1 c. à s. de smen
- 1 c. à c. de sel
- ½ c. à c. de poivre
- 1 pincée de cannelle
- 1 litre d'eau chaude

• Le mélange

- 8 œufs
- 1 sachet de levure chimique
- 1 barre de fromage blanc
- 1 verre de chapelure



Tadjine el khoukh



3

قطعي البطاطا و اطهياها في ماء مملح مدة 20 د ، قطريها و ضعها في صينية فرن مدهونة بالزبدة. اطهياها 10 د على 180° ثم مررها في المطحنة اليدوية. اضيفي لعصيدة البطاطا 2 صفار بيض، الملح، الفلفل الأسود و 1 ملعقة صغيرة زبدة.

Couper les pommes de terre et les bouillir dans un litre d'eau salée pendant 20 mn, égoutter et verser les pommes de terre dans un plat beurré allant au four, enfourner 10 mn à 180° ensuite passer à la moulinette. Ajouter à la purée de pommes de terre 2 jaunes d'œufs, le sel, le poivre et 1 c. à c. de beurre.



1

الصلصة البيضاء: في طنجرة ضعي جميع المقادير، حمسي 15 د مع ½ كأس شاي ماء. مرقي بالماء الساخن و أتركها تطهى 30 د.

La sauce blanche : dans une marmite mettre tous les ingrédients, faire revenir 15 mn avec ½ verre à thé d'eau. Mouiller avec l'eau chaude et laisser cuire 30 mn.



2

في حين حضري الكريات (الحوخات): أخلطي اللحم المرقي، الملح، الفلفل الأسود و القليل من بياض البيض ثم شكلي كريات صغيرة. اطهي الكريات على حدى مع غرافين من الصلصة البيضاء، قطريها و أرجعي الصلصة في الطنجرة.

Entre temps préparer les boulettes (khoukhettes) : mélanger la viande hachée, le sel, le poivre et un peu de blanc d'œuf puis façonner de petites boules. Faire cuire les boulettes à part avec deux louches de sauce blanche, les égoutter et remettre la sauce dans la grande marmite.

طاجين الخوخ

المقادير

• الحوخات	• صلصة البيضاء
10 كع بطاطا	10 دجاجة مقطعة إلى 8 أطراف
20 بيض (افصلي الصفار عن البياض)	10 بصل مبشور
10 ملعقة صغيرة زبدة	20 ملاعق كبيرة زيت
10 ½ ملعقة صغيرة ملح	10 ملعقة كبيرة سمن
10 قرصة فلفل أسود	10 ملعقة صغيرة ملح
200 غ لحم مرقي	10 ملعقة صغيرة فلفل أسود
• الترفيد	10 قرصة لرفنة
• فرينة	100 غ حمص
3 بيض مخفوق	1 لتر ماء ساخن
• خبز يابس مرقي رفيق	

INGRÉDIENTS

• Sauce blanche	• Khoukhette
• 1 poulet coupé en 8 morceaux	• 1 kg de pommes de terre
• 1 oignon râpé	• 2 œufs (séparer les jaunes des blancs)
• 2 c. à s. d'huile	• 1 c. à c. de beurre
• 1 c. à s. de smen	• ½ c. à c. de sel
• 1 c. à c. de sel	• 1 pincée de poivre
• 1 c. à c. de poivre noir	• 200 g de viande hachée
• 1 pincée de cannelle	
• 100 g de pois chiches	• La panure
• 1 litre d'eau chaude	• Farine
	• 3 œufs battus
	• Chapelure moulue finement



6

شكلي كريات صغيرة و ألقبي أعلاها، أتركها تجف 10 د ثم ألقها على نار قوية.

Façonner de petites boules et trouser le haut, laisser sécher



5

مررها في الفرينة، البيض ثم في الخبز اليابس.

Passer dans la farine, les œufs puis dans la chapelure.

Tasdam el agha

تصدام الأغا



4

قطري الفخذ، أتركه يبرد، قصي الخيوط و قطعيه إلى شرائح ليست جد سميكة.
Egoutter le gigot, laisser refroidir, couper les fils et le couper en tranches pas trop épaisses.



1

حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



5

مرري الشرائح في البيض و الخبز مرتين ثم أقلبها.

Passer 2 fois les tranches dans les œufs - chapelure et faire frire.



2

في طنجرة حضري الصلصة : ضعي جميع المقادير و حمسي 15 د مع ½ كأس شاي ماء.

Dans une marmite préparer la sauce : mettre tous les ingrédients et faire revenir 15 mn avec ½ verre à thé d'eau.



6

أقلبها على نار قوية. أرجعها إلى الصلصة و أتركها تغلي 2 إلى 3 د.

Faire frire à feu vif. Remettre dans la sauce et laisser bouillir 2 à 3 mn.



3

مرقي بالماء الساخن و أطيها 1 سا و 15 د.

Mouiller avec l'eau chaude et faire cuire 1 heure et 15 mn.

المقادير

• الصلصة البيضاء

- 1 فخذ منزوع العظم و مربوط
- 1 بصل مبشور
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة قرفة
- 100 غ حمص
- 1 لتر و ½ ماء ساخن

• للترמיד

- 3 بيض
- خبز يابس مرحي

INGRÉDIENTS

• La sauce blanche

- 1 gigot désossé et ficelé
- 1 oignon râpé
- 2 c. à s. d'huile
- 1 c. à s. de smen
- 1 c. à c. de sel
- ½ c. à c. de poivre
- 1 pincée de cannelle
- 100 g de pois chiches
- 1 litre et ½ d'eau chaude

• La panure

- 3 œufs
- Chapelure



El bey fi hakamtou



مرقي بالماء الساخن و اتركه يطهى
30 د على نار متوسطة.

Mouiller avec l'eau chaude et
laisser cuire 30 mn à feu
moyen.



ضعي الدجاج، الصلصة و الحمص في
صينية فرن، ضعي الطبق على النار
و كسري البيض بين قطع الدجاج.

Poser le poulet avec les pois
chiches et la sauce dans un plat
allant au four, mettre le plat sur
le feu et casser les œufs entre
chaque morceau de poulet.



أتركه يغلي غلية واحدة ثم أدخله
الفرن 15 د على 180°.

Laisser bouillir une ébullition
puis enfourner 15 mn à 180°.



حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



في طنجرة ضعي قطع الدجاج،
البصل، الزيت و السمن.

Dans une marmite mettre les
morceaux de poulet, l'oignon,
l'huile et le smen.



أضيفي الملح، الفلفل الأسود، القرفة،
الحمص، الفرينة و حمصي الكل مع
كأس شاي من الماء مدة 5 د.

Ajouter le sel, le poivre, la
cannelle, les pois chiches, la
farine et faire revenir avec un

www.cuisine4arabe.com

الباي في حكمتو

المقادير

- 4 أطراف دجاج
- 1 بصل كبير مبشور
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة قرفة
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- 100 غ حمص
- 1 ملعقة صغيرة فرينة
- 1 لتر ماء ساخن
- 4 بيض

INGRÉDIENTS

- 4 morceaux de poulet
- 1 gros oignon râpé
- 2 c. à s. d'huile
- 1 c. à s. de smen
- ½ c. à c. de poivre noir
- 1 pincée de cannelle
- 1 c. à c. de sel
- 100 g de pois chiches
- 1 c. à c. de farine
- 1 litre d'eau chaude
- 4 œufs

ملاحظة

يمكن إستبدال قطع الدجاج باللحم الغنمي.

REMARQUE

On peut remplacer les morceaux de poulet par
la viande d'agneau.



El barrania

البرانية



أضيفي 4 ملاعق كبيرة من الصلصة.
Ajouter 4 c. à soupe de sauce dessus.



ضعي الخبز بكميات قليلة ثم أطهيه في الفرن 30 د على 180°.
Poser le pain par petite quantité puis enfourner 30 mn à 180°.



انزعيه من الفرن و أسقيه بثلاث غرافات من الصلصة المتبقية.
Retirer du four et arroser avec 3 louches de sauce restante.



في طنجرة، ضعي اللحم، الثوم، السمن، زيت القلي، الفلفل الأسود، القرفة و الحمص. أتركي الكل يتحمس 15 د ثم مرقي بالماء و اتركه يطهى 45 د.

Dans une marmite, mettre la viande, l'ail, le smen, l'huile de friture, le poivre noir, la cannelle et les pois chiches. Laisser revenir 15 mn puis mouiller avec l'eau et laisser cuire 45 mn.



أنقعي الخبز في الماء، أعصريه، أضيفي 2 ملاعق كبيرة من الصلصة، الجبن المشور، البيض، الحميرة و الخل.

Tremper la baguette de pain dans l'eau, l'essorer, ajouter 2 c. à soupe de sauce, le fromage râpé, les œufs, la levure et le vinaigre.



ضعي الباذنجان، ثم اللحم و الحمص المقطرين.
Poser les aubergines, mettre la viande et les pois chiches

www.cuisine4arabe.com

المقادير

- 500 غ لحم غنمي منزوع العظم و مقطع مكعبات
- 1 رأس ثوم مهروس مع ملعقة صغيرة ملح و ملعقة صغيرة كروية
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 1 ملعقة كبيرة زيت قلي الباذنجان
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة قرفة
- 100 غ حمص منقوع ليلة من قبل
- 1 لتر ماء ساخن
- 1 خبز
- 200 غ جبن مبشور
- 6 إلى 8 بيض
- 1 كأس شاي خل
- 1 كيس خميرة كيميائية
- 500 غ باذنجان مقطع دوائر ملح و مقلي

INGRÉDIENTS

- 500 g de viande d'agneau désossée et coupée en dés
- 1 tête d'ail pilée avec 1 c. à c de sel et 1 c. à c. de carvi
- 1 c. à s. de smen
- 1 c. à s. d'huile de friture des aubergines
- ½ c. à c de poivre noir
- 1 pincée de cannelle
- 100 g de pois chiches trempés la veille
- 1 litre d'eau chaude
- 1 baguette de pain
- 200 g de fromage râpé
- 6 à 8 œufs
- 1 verre à thé de vinaigre
- 1 sachet de levure chimique
- 500 g d'aubergines coupées en rondelles salées et frites



Tadjine el bnine



4

الكريات: أخلطي جميع المقادير. شكلي كريات صغيرة و أغرزي فيها اللوز.

Les boulettes: mélanger tous les ingrédients. Façonner de petites boulettes et piquer avec une amande.



5

مرري الكريات في الفرن و اقليها.

Faire passer les boulettes dans la farine et faire frire.



6

أرجعي الكريات إلى المرق و اتركها تغلي 10 د.

Remettre les boulettes dans la sauce et laisser bouillir 10 mn.



1

حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



2

الصلصة: في دسيسة ضعي اللحم، البصل، السمن، الزيت، الملح، الفلفل الأسود و القرفة.

La sauce : dans une marmite mettre la viande, l'oignon, le smen, l'huile, le sel, le poivre et la cannelle.



3

أضيفي الحمص و اتركها تتحمس 15 د. مرقي بالماء الساخن و اتركها تطهى 30 د.

Ajouter les pois chiches et faire revenir 15 mn. Mouiller avec l'eau chaude et laisser

طاجين لبنين

المقادير

الكريات	الصلصة
10 كيلة لحم مرحي	500 غ لحم غنصي قطع
10 كيلة لوز مقشتر مرحي رقيق	10 بصل مششور
1/2 ملعقة صغيرة ملح	10 ملعقة كبيرة سمن
10 قرصة فلفل أسود	20 ملاعق كبيرة زيت
10 قرصة قرفة	10 ملعقة صغيرة ملح
10 ملعقة صغيرة سمن	1/2 ملعقة صغيرة فلفل أسود
10 إلى 2 بيض	10 قرصة قرفة
10 لوز مقشتر كامل للتزيين	100 غ حمص منقوع ليلة من قبل
	1 لتر ماء ساخن

INGRÉDIENTS

La sauce	Les boulettes
• 500 g de viande d'agneau en morceaux	• 1 mesure de viande hachée
• 1 oignon râpé	• 1 mesure d'amandes émondées moulues finement
• 1 c. à s. de smen	• 1/2 c. à c. de sel
• 2 c. à s. d'huile	• 1 pincée de poivre noir
• 1 c. à c. de sel	• 1 pincée de cannelle
• 1/2 c. à c. de poivre noir	• 1 c. à c. de smen
• 1 pincée de cannelle	• 1 à 2 œufs
• 100 g de pois chiches trempés la veille	• Amandes émondées entières pour la décoration
• 1 litre d'eau chaude	



Tasdam el agha



4

قطري الفخذ، أتركه يبرد، قصي الخيوط و قطعيه إلى شرائح ليست جد سميكة.
Egoutter le gigot, laisser refroidir, couper les fils et le couper en tranches pas trop épaisses.



5

مرري الشرائح في البيض و الخبز مرتين ثم أقلبها.

Passer 2 fois les tranches dans les œufs - chapelure et faire frire.



6

أقلبها على نار قوية. أرجعها إلى الصلصة و أتركها تغلي 2 إلى 3 د.

Faire frire à feu vif. Remettre dans la sauce et laisser bouillir 2 à 3 mn.



1

حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



2

في طنجرة حضري الصلصة : ضعي جميع المقادير و حمسي 15 د مع ½ كأس شاي ماء.

Dans une marmite préparer la sauce : mettre tous les ingrédients et faire revenir 15 mn avec ½ verre à thé d'eau.



3

مرقي بالماء الساخن و أطهيبها 1 سا و 15 د.

Mouiller avec l'eau chaude et faire cuire 1 heure et 15 mn.

تصدام الأغا

المقادير

- الصلصة البيضاء
- 1 فخذ منزوع العظم و مربوط
- 1 بصل مبشور
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة قرفة
- 100 غ حمص
- 1 لتر و ½ ماء ساخن
- للترמיד
- 3 بيض
- خبز يابس مرحي

INGRÉDIENTS

- La sauce blanche
- 1 gigot désossé et ficelé
- 1 oignon râpé
- 2 c. à s. d'huile
- 1 c. à s. de smen
- 1 c. à c. de sel
- ½ c. à c. de poivre
- 1 pincée de cannelle
- 100 g de pois chiches
- 1 litre et ½ d'eau chaude
- La panure
- 3 œufs
- Chapelure



Tadjine errkhame



4

في حين حضري الحشو : أخلطي جميع المقادير و أحشي بياض البيض المسلوق.
Entre temps préparer la farce : mélanger tous les ingrédients puis farcir les chapeaux des œufs durs.



5

أسكبي الدجاج و الصلصة في صينية فرن، ضعي فوقها البيض المحشي. أطيها على 180° مدة 30 د.
Verser le poulet et la sauce dans un plat allant au four, poser les œufs farcis dessus. Enfourner à 180° pendant 30 mn.



6

ذري صفار البيض المفتت و الجبن المبشور، أرجعها الفرن مدة 10 د.
Parsemer de jaunes d'œufs émietés et de fromage râpé, renfourner pendant 10 mn.



1

حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



2

حضري الصلصة : في طنجرة ضعي جميع المقادير و حمسي 15 د مع ½ كأس شاي ماء.

Préparer la sauce : Dans une marmite mettre tous les ingrédients et faire revenir 15 mn avec ½ verre à thé d'eau.



3

مرقي بالماء الساخن و اتركها تطهى 30 د.

Mouiller avec l'eau chaude et laisser cuire 30 mn.

طاجين الرخام

المقادير

المحشو	4 • بيض مسلوق
200 غ لحم مرحي	50 غ جن مبشور
½ ملعقة صغيرة ملح	الصلصة
1 قرصة فلفل أسود	1 • دجاجة مقطعة إلى 8 أطراف
1 قرصة قرقة	1 • بصل مبشور
1 • بياض بيض	1 • ملعقة كبيرة سمن
	2 • ملاعق كبيرة زيت
	1 • ملعقة صغيرة ملح
	½ • ملعقة صغيرة فلفل أسود
	1 • قرصة قرقة
	100 غ حمص منقوع ليلة من قبل
	1 لتر ماء ساخن

INGRÉDIENTS

• 4 œufs durs	• Farce
• 50 g de fromage râpé	• 200 g de viande hachée
• La sauce	• ½ c. à c. de sel
• 1 poulet coupé en 8 morceaux	• 1 pincée de poivre noir
• 1 oignon râpé	• 1 pincée de cannelle
• 1 c. à s. de smen	• 1 blanc d'œuf
• 2 c. à s. d'huile	
• 1 c. à c. de sel	
• ½ c. à c. de poivre noir	
• 1 pincée de cannelle	
• 100 g de pois chiches trempés la veille	
• 1 litre d'eau chaude	

Mokh achikh



4 حضري الصلصة الحمراء: في طنجرة ضعي اللحم، الدرسة، السمن و الزيت.
Préparer la sauce rouge : dans une marmite mettre la viande, d'ail, le smen et l'huile.



5 أضيفي الفلفل الأحمر، الفلفل الأسود، القرفة، الطماطم المركزة، الحمص و حمسي الكل 15 د مع كأس شاي من الماء. أضيفي الماء الساخن و اتركي الكل يطهي 25 د.

Ajouter le poivre rouge, le poivre noir, la cannelle, le concentré de tomate, les pois chiches et faire revenir 15 mn avec un verre à thé d'eau. Ajouter l'eau chaude et laisser cuire 25 mn.



6 أضيفي القرعة المحشية للصلصة و أكمل الطهي 20 د. زيني بالحشيش المقطع.
Incorporer les courgettes farcies à la sauce rouge et prolonger la cuisson 20 mn. Garnir avec la coriandre hachée.



1 حضري المقادير.
Préparer les ingrédients.



2 حضري القرعة المحشية: في وعاء، ضعي اللحم المرحي، الأرز، الحشيش، ملعقة صغيرة درسة، الزيت، الفلفل الأحمر، الفلفل الأسود، و قرصة قرفة.

Préparer les courgettes farcies : dans une terrine mettre la viande hachée, le riz, la coriandre, 1 c. à c d'ail, l'huile, le poivre rouge, le poivre noir et la cannelle.



3 أخلطي و احشي القرعة.
Mélanger et farcir les

مخ الشيخ

المقادير

• قرعة محشية	• الصلصة الحمراء
500 غ قرعة	500 غ لحم غنصي
200 غ لحم مرحي	درسة (1 رأس ثوم)
2 ملاعق كبيرة أرز	مهرس 1 ملعقة صغيرة
مغسول و مقطر	ملح 1 ملعقة صغيرة
1/2 رطل حشيش مقطع	كروبة 1 ملعقة صغيرة
1 ملعقة صغيرة زيت	فلفل حار
1 ملعقة كبيرة سمن	2 ملاعق كبيرة زيت
1 ملعقة كبيرة فلفل أحمر	1 ملعقة كبيرة سمن
1/2 ملعقة صغيرة فلفل أسود	1 ملعقة كبيرة فلفل أحمر
1 قرصة فلفل أسود	1/2 ملعقة صغيرة فلفل أسود
1 قرصة قرفة	1 قرصة قرفة
1 ملعقة صغيرة طماطم مركزة	100 غ حمص
1 لتر ماء ساخن	

INGRÉDIENTS

• Sauce rouge	• Courgettes farcies
• 500 g de viande d'agneau	• 500 g de courgettes
• Dersa (1 tête d'ail pilée, 1 c. à c de sel, 1 c. à c de carvi, 1 c. à c de piment fort)	• 200 g de viande hachée
• 2 c. à s. d'huile	• 2 c. à s de riz lavé et égoutté
• 1 c. à s. de smen	• 1/2 botte de coriandre hachée
• 1 c. à s. de poivre rouge	• 1 c. à c. d'huile
• 1/2 c. à c. de poivre noir	• 1 c. à s. de poivre rouge
• 1 pincée de cannelle	• 1 pincée de poivre noir
• 1 c. à c. de concentré de tomate	• 1 pincée de cannelle
• 100 g de pois chiches	
• 1 litre d'eau chaude	



Y'hani



4

قطري أطراف الدجاج و مرربها في عجينة الفطائر.

Egoutter les morceaux de poulet et les passer dans la pâte à beignet.



5

أقلي قطع الدجاج.

Frirer les morceaux de poulet.



6

أرجعها إلى الصلصة و اتركها تغلي غلية واحدة.

Les remettre dans la sauce et laisser frémir juste une ébullition.



1

حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



2

في طنجرة ضعي جميع المقادير و حمسي مع ½ كأس شاي من الماء مدة 15 د. مرقي بالماء الساخن و اطهبا 30 د.

Dans une marmite mettre tous les ingrédients et faire revenir avec ½ verre à thé d'eau pendant 15 mn. Mouiller avec l'eau chaude et cuire 30 mn.



3

حضري عجينة الفطائر: أخفقي البيض، الماء، الملح، الفلفل الأسود و أخلطي الكل مع الفرينة لتحصلي على خليط ليس جد سميك.

Prépare la pâte à beignet : battre les œufs, l'eau, saler et poivrer et mélanger avec la farine pour obtenir un mélange

يهني

المقادير

- 1 دجاجة مقطعة إلى 8 أطراف
- 1 بصل مبشور
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- 1 ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة فرقة
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 1 ملعقة كبيرة زيت
- 200 غ حمص منقوع ليلة من قبل
- 1 لتر ماء ساخن

عجينة الفطائر

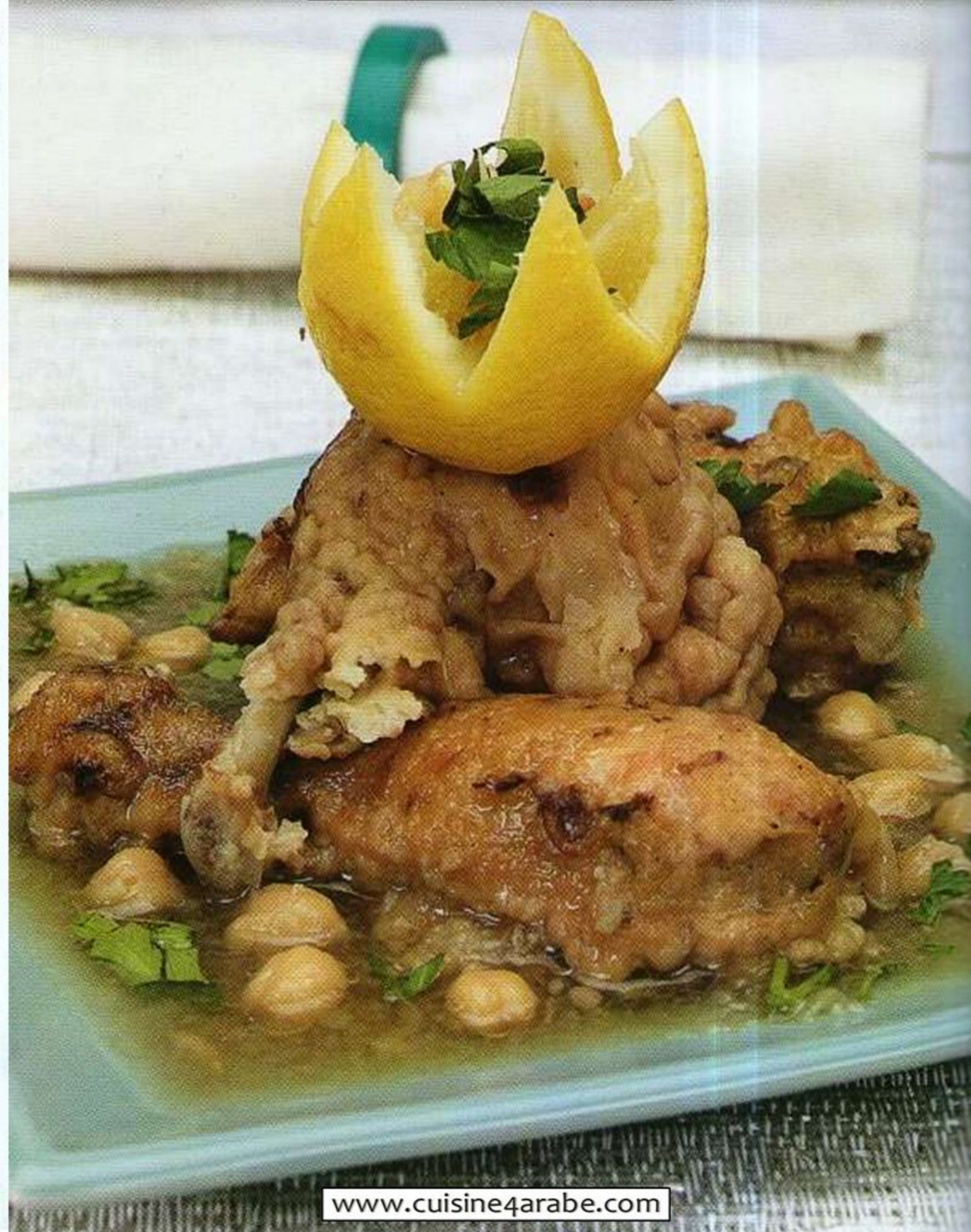
- 3 بيض
- 3 ملاعق كبيرة ماء
- فرينة
- ملح وفلفل أسود

INGRÉDIENTS

- 1 poulet coupé en 8 morceaux
- 1 oignon râpé
- 1 c. à c. de sel
- 1 c. à c. de poivre noir
- 1 pincée de cannelle
- 1 c. à s. de smen
- 1 c. à s. d'huile
- 200 g de pois chiches trempés la veille
- 1 litre d'eau chaude

Pâte à beignet

- 3 œufs
- 3 c. à s. d'eau
- Farine
- Sel et poivre noir



M'darbel



4

مرقي بالماء الساخن و اتركي الكل يطهى
45 د.

Mouiller avec l'eau chaude et
laisser cuire 45 mn.



5

في حين، ملحي دوائر الباذنجان،
امسحها، اقليها ثم قطريها.

Entre temps saler les rondelles
d'aubergines, les éponger, les
faire frire et les égoutter.



6

ضعي دوائر الباذنجان في الصلصة،
أتركها تغلي بعض الدقائق ثم
اسكبي الخل. أطفئي.

Poser les rondelles
d'aubergines dans la sauce,
laisser bouillir quelques
minutes puis verser le
vinaigre. Eteindre.



1

حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



2

في طنجرة، ضعي اللحم، الدرسة،
السمن والزيت.

Dans une marmite mettre la
viande, d'ersa, le smen et
l'huile.



3

أضيفي الفلفل الأحمر، الفلفل
الأسود، القرفة، الطماطم المصبرة،
الحمص و اتركي الكل يتحمس 15 د
مع كأس شاي من الماء.

Ajouter le poivre rouge, le
poivre noir, la cannelle, le
concentré de tomate, les pois
chiches et faire revenir 15 mn
avec 1 verre à thé d'eau.

مدريل

المقادير

- 500 غ لحم غنمي
- 1 ملعقة صغيرة سمن
- 1 ملعقة كبيرة زيت
- درسة (1 رأس ثوم مهرس. 1 ملعقة صغيرة ملح. 1 ملعقة صغيرة كروبة. 1 ملعقة صغيرة فلفل حار)
- 1 ملعقة كبيرة فلفل أحمر
- 1 ملعقة صغيرة طماطم مصبرة
- 100 غ حمص
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة قرفة
- 1 لتر ماء ساخن
- 500 غ باذنجان مقطع دوائر
- 1 ملعقة كبيرة خل

INGRÉDIENTS

- 500 g de viande d'agneau
- 1 c. à c. de smen
- 1 c. à s. d'huile
- Dersa (1 tête d'ail pilée, 1 c. à c. de sel, 1 c. à c. de carvi et 1 c. à c. de piment fort)
- 1 c. à s. de poivre rouge
- 1 c. à c. de concentré de tomate
- 100 g de pois chiches
- ½ c. à c. de poivre noir
- 1 pincée de cannelle
- 1 litre d'eau chaude
- 500 g d'aubergines coupées en rondelles
- 1 c. à s. de vinaigre



Kheffatia



4

أخفقي البيض مع الجبن المبشور، الخميرة و عصير الليمون.
Battre les œufs avec le fromage râpé, la levure, et le jus de citron.



5

ضعي أطراف الدجاج في صينية فرن مدهونة بالزيت و اسكبي فوقها ¼ لتر من الصلصة المحضرة.
Mettre les morceaux de poulet dans un plat huilé allant au four et verser dessus ¼ de litre de sauce préparée.



6

أسكبي البيض المخفوق و أطيها في الفرن 30 د على 180°.
Verser les œufs battus et enfourner 30 mn à 180°.



1

حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



2

الصلصة: في طنجرة ضعي جميع المقادير و حمسيها 10 د مع ½ كأس شاي ماء. مرقي بالماء الساخن و اتركها تظهي 35 د.

La sauce : dans une marmite mettre tous les ingrédients et faire revenir 10 mn avec ½ verre à thé d'eau. Mouiller avec l'eau chaude et laisser cuire 35 mn.



3

قطري أطراف الدجاج و انزعي لها العظم.

Egoutter les morceaux de

كفاتية

المقادير

- الصلصة البيضاء
- 1 دجاج مقطع 8 أطراف
- 1 بصل مبشور
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة قرفة
- عصير ليمونة
- 1 لتر ماء ساخن
- الخليط
- 8 إلى 10 بيض
- 1 كيس خميرة كيميائية
- عصير ½ ليمونة
- 200 غ جبن مبشور

INGRÉDIENTS

- Sauce blanche
- 1 poulet coupé en 8 morceaux
- 1 oignon râpé
- 2 c. à s. d'huile
- 1 c. à s. de smen
- 1 c. à c. de sel
- ½ c. à c. de poivre noir
- 1 pincée de cannelle
- Le jus d'un citron
- 1 litre d'eau chaude
- Le mélange
- 8 à 10 œufs
- 1 sachet de levure chimique
- Le jus d'½ citron
- 200 g de fromage râpé



Mesrane sauce blanche

مصران صلصة بيضاء



اربطي الطرفين بالخيط و أثقبي المصران بعود خشبي.

Attacher les deux extrémités avec un fil et piquer le boyau avec un cure-dents.



ضعي المصران في الطنجرة و اتركه يطهى في المرق 15 د.

Poser le boyau dans la marmite et le laisser cuire dans la sauce 15 mn.



قطري المصران و حمريه في ملعقة كبيرة سمن. قطعيه دوائر.

Egoutter le boyau et faire dorer avec 1 c. à soupe de smen. Couper en rondelles.



حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



في طنجرة، ضعي جميع المقادير، أضيفي ½ كأس شاي ماء و حمسي 15 د ثم مرقي بالماء الساخن و اتركي الكل يطهى 30 د.

Dans une marmite mettre tous les ingrédients, ajouter ½ verre à thé d'eau et faire revenir 15 mn puis mouiller avec l'eau chaude et laisser cuire 30 mn.



في حين حضري المصران: أخلطي جميع مقادير الحشو و املئي المصران.

Entre-temps préparer le boyau : mélanger tous les ingrédients

www.cuisine4arabe.com

المقادير

- 500 غ لحم خروف مقطع
- 1 بصل مبشور
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة قرفة
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1 لتر ماء ساخن

الحشو

- 200 غ لحم مرحي
- 1 ملعقة صغيرة سمن
- 2 ملاعق كبيرة أرز مغسول و مقطر
- ½ ربطة معدنوس مقطع رقيق
- 1 بصل صغير مبشور
- ½ ملعقة صغيرة ملح
- 1 قرصة فلفل أسود
- 1 قرصة قرفة
- مصران

INGRÉDIENTS

- 500 g de viande d'agneau en morceaux
- 1 oignon râpé
- 1 c. à c. de sel
- ½ c. à c. de poivre noir
- 1 pincée de cannelle
- 1 c. à s. de smen
- 2 c. à s. d'huile
- 1 litre d'eau chaude

La farce

- 200 g de viande hachée
- 1 c. à c. de smen
- 2 c. à s. de riz lavé et égoutté
- ½ botte de persil haché
- 1 petit oignon râpé
- ½ c. à c. de sel
- 1 pincée de poivre
- 1 pincée de cannelle
- Mesrane (boyau)



El medgoug (ain spanioulia)

المدقوق (عين السبنيولية)



4

خذي كرية كبيرة من اللحم، أسطبيها على راحة اليد وضعي ربع البيضة أو بيضة كاملة.

Prendre une grosse boule de viande hachée, l'étaler sur la paume de la main et poser le quartier de l'œuf ou un œuf entier.



1

الصلصة: في طنجرة، ضعي جميع المقادير وحمسي 10 د مع ½ كأس شاي من الماء.

La sauce : dans une marmite mettre tous les ingrédients et faire revenir 10 mn avec ½ verre à thé d'eau.



2

أضيفي الفرينة مع ½ كأس شاي ماء وحمسي 5 د، مرقي بالماء الساخن و اتركها تطهى 45 د.

Ajouter la farine avec ½ verre à thé d'eau et faire revenir 5 mn, mouiller avec l'eau chaude et laisser cuire 45 mn.



5

أغلقها مع وضع اليدين في الزيت.

Fermer en graissant la main avec un peu d'huile.



6

أقليها و أرجعها إلى الصلصة، أتركها تطهى 10 د.

Faire frire et remettre dans la sauce, laisser cuire 10 mn.



3

في حين حضري الحرابيش: أخلطي كل المقادير.

Entre temps préparer les boudins : mélanger tous les ingrédients

المقادير

- الصلصة البيضاء
- 500 غ لحم خروف مقطع
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1 بصل مبشور
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- ½ ملعقة صغيرة فرينة
- 1 قرصة قرفة
- 100 غ حمص

الحرابيش

- 500 غ لحم مرحي
- 1 رطلة معدنوس مقطع رقيق
- ½ ملعقة صغيرة ملح
- 1 قرصة فلفل أسود
- ½ ملعقة صغيرة قرفة
- 4 بيض مسلوق مقطع على أربعة

INGRÉDIENTS

- La sauce blanche
- 500 g d'agneau en morceaux
- 2 c. à s d'huile
- 1 oignon haché
- 1 c. à s. de smen
- 1 c. à c. de sel
- ½ c. à c. de poivre noir
- ½ c. à c. de farine
- 1 pincée de cannelle
- 100 g de pois chiches

Les boudins

- 500 g de viande hachée
- 1 botte de persil haché finement
- ½ c. à c de sel
- 1 pincée de poivre noir
- ½ c. à c de cannelle
- 4 œufs durs coupés en quatre



Zitoune maàmar

زيتون معمر



4

الحشو: أخلطي جميع المقادير و احشي الزيتون المغلي 3 مرات من قبل.
La farce : mélanger tous les ingrédients et farcir les olives déjà bouillies 3 fois.



1

في طنجرة ضعي اللحم والبصل.
Dans une marmite mettre la viande et l'oignon.



5

ضعي الزيتون في الطنجرة و اتركه يطهى 15 د.
Mettre les olives dans la marmite et laisser cuire 15 mn.



2

أضيفي الزيت، السمن، الفلفل الأسود، القرفة، الزعفران و الملح.
Ajouter l'huile, le smen, le poivre, la cannelle, le safran et le sel.



6

ضعي الكل في صينية فرن و زيني بشرائح الليمون المصبرة ثم اطهيهما في الفرن 30 د على 180°.
Verser le tout dans un plat allant au four et garnir de tranches de citrons confites puis enfourner 30 mn à 180°.



3

حسي 15 د مع قليل من الماء ثم مرقي بالماء الساخن. اتركه يطهى 30 د.
Faire revenir 15 mn avec un petit verre d'eau puis mouiller avec l'eau chaude. Laisser

المقادير

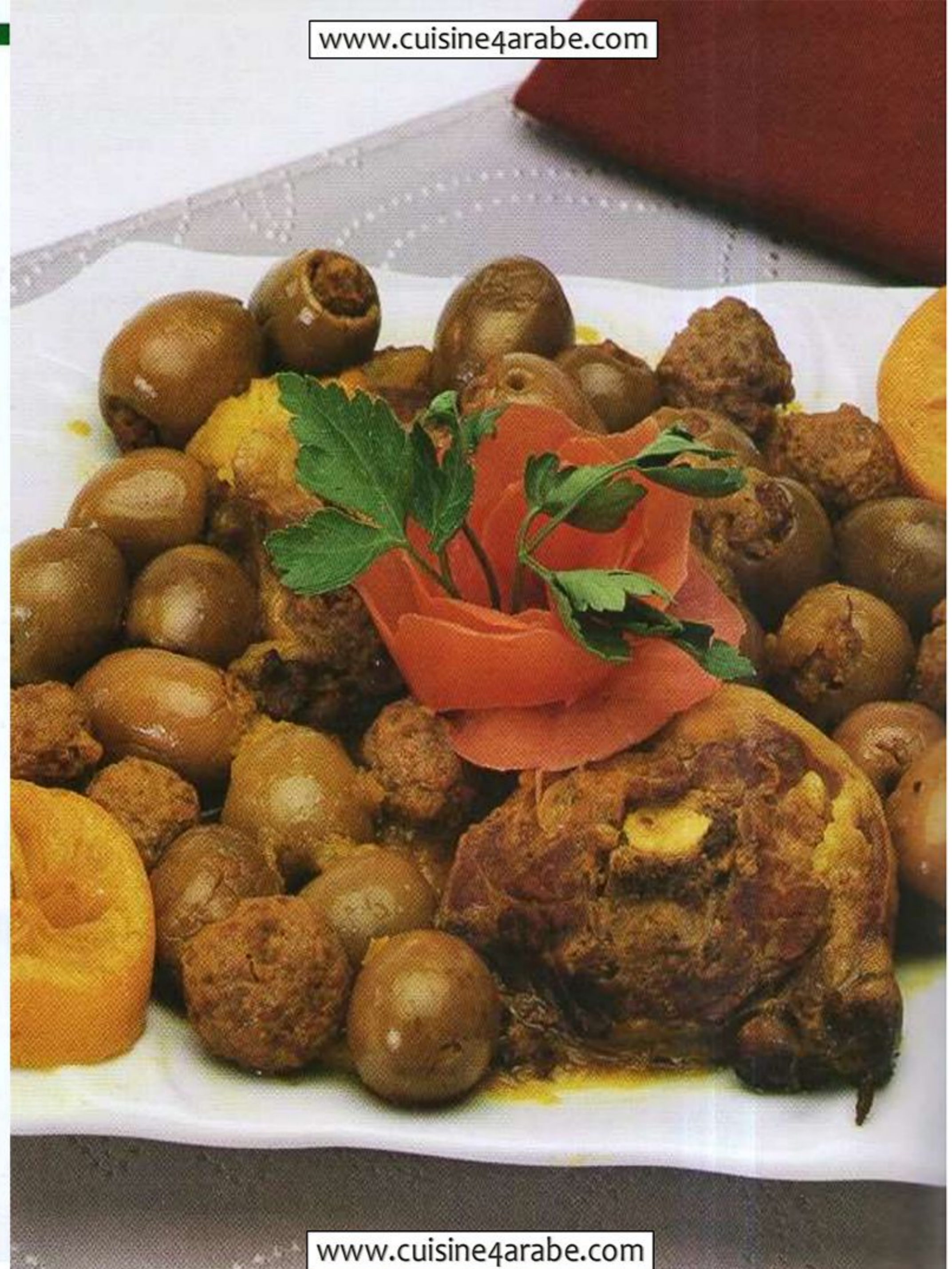
- 500 غ لحم غنمي مقطع
- 1 بصل مبشور
- ½ ملعقة صغيرة زعفران
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة قرفة
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1 لتر ماء ساخن

الحشو

- 200 غ لحم مرحي
- ½ ملعقة صغيرة ملح
- 1 قرصة فلفل أسود
- 1 قرصة قرفة
- 1 بياض بيض
- 200 غ زيتون كبير منزوع النواة
- دوائر ليمون مصبرة

INGRÉDIENTS

- 500 g de viande d'agneau en morceaux
- 1 oignon haché
- ½ c. à c. de safran
- 1 c. à c. de sel
- ½ c. à c de poivre noir
- 1 pincée de cannelle
- 1 c. à s. de smen
- 2 c. à s. d'huile
- 1 litre d'eau chaude
- La farce
- 200 g de viande hachée
- ½ c. à c de sel
- 1 pincée de poivre noir
- 1 pincée de cannelle
- 1 blanc d'œuf
- 200 g de grosses olives dénoyautées
- Rondelles de citrons confites



Khdawaj ala darbouz



4

أدهني صينية فرن بالزيت، ضعي اللحم و الحمص المقطرين وغراف من الصلصة.

Huiler un plat allant au four, poser la viande et les pois chiches égouttés et une louche de sauce.



1

في طنجرة، ضعي اللحم، البصل، الزيت، السمّن، الملح، الفلفل الأسود، القرفة، الحمص، ½ كأس ماء و حسي الكل 15 د.

Dans une marmite, mettre la viande, l'oignon, l'huile, le smen, le sel, le poivre, la cannelle, les pois chiches, ½ verre d'eau et faire revenir 15 mn.



5

اسكبي الخبز السائل و أتركه يطهى 30 د على 180°.

Verser dessus le pain liquide et enfourner 30 mn à 180°.



2

مرقي بالماء الساخن و اتركها تطهى 45 د.
Mouiller avec l'eau chaude et laisser cuire 45 mn.



3

في حين، انقعي قليلا الخبز في الماء و أعصره، أضيفي المعدنوس، الجبن، البصل، الخميرة، 1 غراف صلصة بيضاء و خففيها بالبيض.

Entretemps tremper légèrement le pain dans l'eau et essorer, ajouter le persil, le fromage, l'oignon, la levure, 1 louche de sauce blanche et alléger avec les œufs



6

انزعيه من الفرن و اسقيه بغرافين من الصلصة.

Retirer du four et arroser avec 2 louches de sauce.

خداوج على الدربوز

المقادير

- 500 غ لحم غنمي منزوع العظم و مقطع مكعبات
- 1 بصل مبشور
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة قرفة
- 200 غ حمص منقوع ليلة من قبل
- 1 لتر ماء ساخن
- 1 خبز بابس
- 2 ربطات معدنوس مقطع
- 200 غ جبن مبشور أو أبيض
- 1 كيس خميرة كيميائية
- 1 بصل صغير مبشور
- بيض

INGRÉDIENTS

- 500 g de viande d'agneau désossée et coupée en dés
- 1 oignon râpé
- 2 c. à s. d'huile
- 1 c. à s. de smen
- 1 c. à c. de sel
- ½ c. à c. de poivre noir
- 1 pincée de cannelle
- 200 g de pois chiches trempés la veille
- 1 litre d'eau chaude
- 1 pain sec
- 2 bottes de persil haché
- 200 g de fromage blanc ou râpé
- 1 sachet de levure chimique
- 1 petit oignon râpé
- Œufs



Tadjine achahda



4

أخفقي 6 بيضات مع ½ كيس خميرة كيميائية و ضعي هذا الخليط في مول مدهون بالزيت و اطيبيه 10 د.

Batte 6 œufs avec ½ sachet de levure et verser ce mélange dans un moule huilé et enfourner 10 mn.



5

ضعي فوقه اللحم و الزبيب المقطر و 4 ملاعق كبيرة من الصلصة المسكرة.

Mettre dessus la viande et les raisins égouttés et 4 c. à soupe de sauce sucrée.



6

أسكبي بقية البيض المخفوق مع نصف كيس خميرة كيميائية. أطيبيه في الفرن 30 د على 180°، أنزعيه من الفرن و أسقيها بغرافين من الصلصة المسكرة.

Verser le reste des œufs battus avec ½ sachet de levure. Enfourner 30 mn à 180°, retirer du four et arroser avec 2 louches de sauce sucrée.



1

في طنجرة، ضعي الماء، اللحم، قطع السكر، السمن، القرفة، السكنجبير و الينسون النجسي. أتركها تغلي 30 د على نار هادئة.

Dans une marmite, mettre l'eau, la viande, les morceaux de sucre, le smen, la cannelle, le gingembre et les étoiles d'anis. Laisser bouillir 30 mn à feu doux.



2

أضيفي السكر المسحوق و اطيبيها 10 د على نار قوية حتى تتشكل فقاعات كبيرة.

Ajouter le sucre cristallisé et cuire 10 mn à feu vif jusqu'à formation de grosses bulles.



3

أضيفي الزبيب المقطر و اطيبيها 10د، أطفئي النار و اسقيها بما زهر البرتقال.

Ajouter les raisins secs égouttés, laisser cuire 10 mn, éteindre et

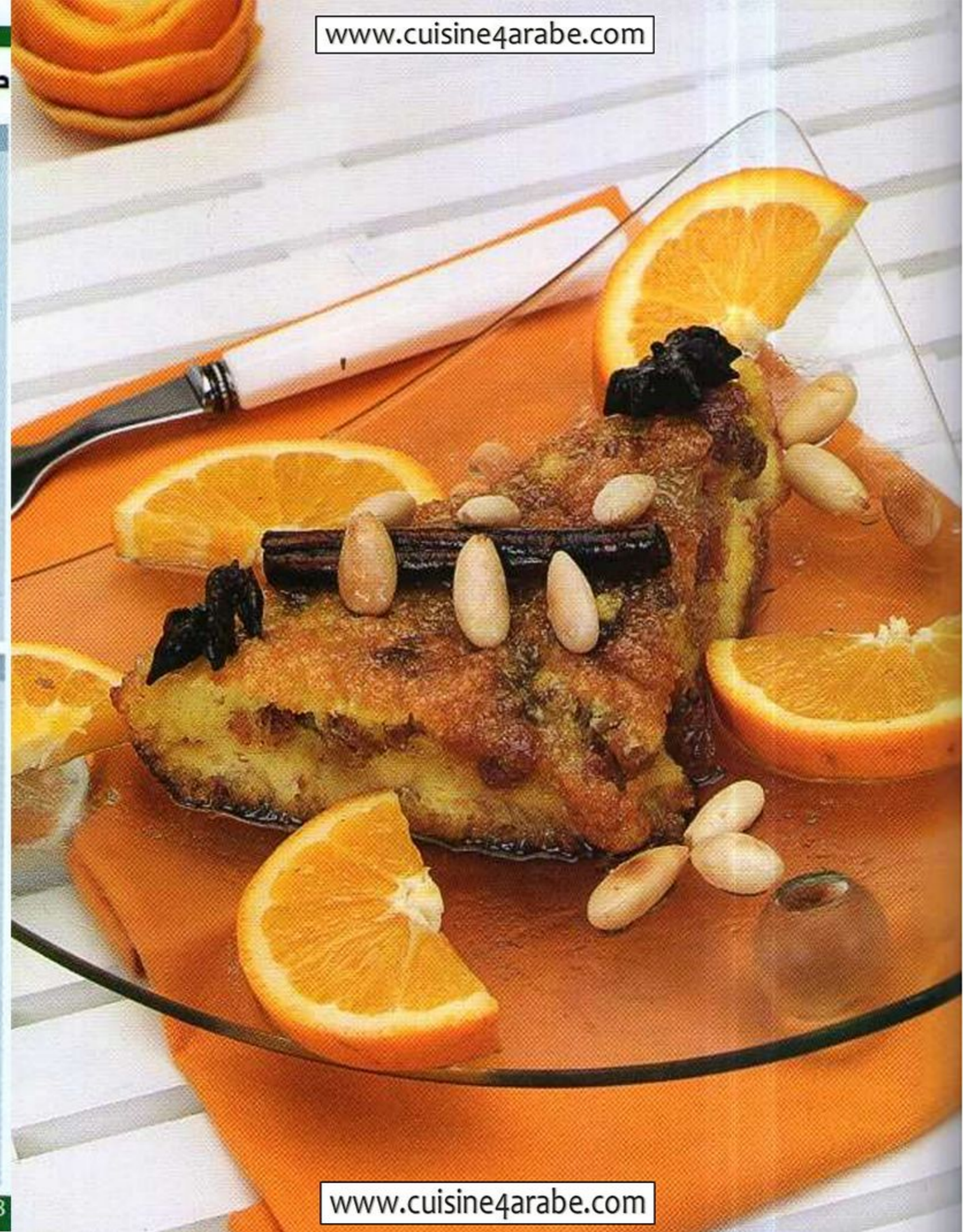
طاجين الشهدة

المقادير

- 250 غ لحم خروف مقطوع أطراف صغيرة
- 12 قطعة سكر
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- ½ عصية قرفة
- ½ عصية سكنجبير
- 2 ينسون نجسي
- 1 لتر ماء بارد
- 500 غ سكر مسحوق
- 250 غ زبيب منقوع في ماء دافئ
- 2 ملاعق كبيرة ماء زهر البرتقال
- 12 بيض
- 1 كيس خميرة كيميائية

INGRÉDIENTS

- 250 g de viande d'agneau coupée en petits morceaux
- 12 morceaux de sucre
- 1 c. à s de smen
- ½ bâtonnet de cannelle
- ½ bâtonnet de gingembre
- 2 étoiles d'anis
- 1 litre d'eau froide
- 500 g de sucre cristallisé
- 250 g de raisins secs trempés dans l'eau tiède
- 2 c. à s d'eau de fleurs d'oranger
- 12 œufs
- 1 sachet de levure chimique



Dar ammi



4 في حين، حضري العصيات بخلط جميع المقادير.

Entre temps, préparer les bâtonnets en mélangeant tous les ingrédients.



5 أقليهم في الزيت و السمن.

Les faire frire dans l'huile et le smen.



6 أرجعي العصيات إلى الصلصة و اتركها تغلي 2 إلى 3 د.

Remettre les bâtonnets dans la sauce et laisser bouillir 2 à 3 mn.



1 حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



2 حضري الصلصة : في طنجرة، ضعي اللحم، البصل، الزيت، السمن، الملح، الفلفل الأسود و القرفة. أضيفي ½ كأس ماء و حمسي الكل 10 د.

Préparer la sauce blanche : dans une marmite, mettre la viande, l'oignon, l'huile, le smen, le sel, le poivre et la cannelle. Ajouter ½ verre d'eau et faire revenir 10 mn.



3 أضيفي الفريئة، الحمص و حمسي الكل 5 د. مرقي بالماء و اتركها تطهى 45 د.

Ajouter la farine, les pois chiches et faire revenir 5 mn. Mouiller

دار عمي

المقادير

العصيات	الصلصة البيضاء
20 كيلات لحم مرعي	500 غ لحم غنمي مقطع
1 كيلة جبن مبشور	1 بصل مبشور
½ كيلة خمير باس مرعي	1 ملعقة كبيرة سمن
1 بصل صغير مبشور	2 ملاعق كبيرة زيت
1 ملعقة صغيرة سمن	1 ملعقة صغيرة ملح
1 ربطة معدنوس مقطع رفيف	½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
½ ملعقة صغيرة ملح	1 قرصة قرفة
1 قرصة فلفل أسود	100 غ حمص
1 قرصة قرفة	1 ملعقة صغيرة فريئة
1 إلى 2 بيض (حسب الحجم)	1 لتر ماء ساخن
زيت للفلفي + 1 ملعقة كبيرة سمن	

INGRÉDIENTS

Sauce blanche	Bâtonnets
• 500 g de viande d'agneau en morceaux	• 2 mesures de viande hachée
• 1 oignon râpé	• 1 mesure de fromage râpé
• 1 c. à s de smen	• ½ mesure de chapelure
• 2 c. à s d'huile	• 1 petit oignon râpé
• 1 c. à c de sel	• 1 c. à c de smen
• ½ c. à c de poivre	• 1 botte de persil haché
• 1 pincée de cannelle	• ½ c. à c de sel
• 100 g de pois chiches	• 1 pincée de poivre
• 1 c. à c de farine	• 1 pincée de cannelle
• 1 litre d'eau chaude	• 1 à 2 œufs (selon la grosseur)
	• Huile pour friture + 1 c. à s. de smen



Tourta



4

على مول دائري ورقي الديول، ضعي ورقة في الوسط و ادهنيها بالزبدة الذائبة.

Sur un moule rond chevaucher les feuilles de dioul, poser une feuille au milieu et la badigeonner de beurre fondu.



5

ضعي فوقها اللحم المرحي ثم العجة.

Poser la viande hachée puis l'omelette dessus.



6

أغلقي الأوراق، أدبريها على صحن و اقلي التورت في مقلاة بها ملعقة كبيرة زبدة و ملعقة كبيرة سمن ذاتب. أتركها تتحمر، أقلبها على صحن ثم أرجعها لتتحمر من الجهة الثانية.

Fermer les feuilles, les retourner sur une assiette et glisser la tourta sur une poêle graissée avec 1 c. à s de beurre et 1 c. à s de smen fondus. Laisser dorer, retourner sur une assiette et laisser dorer sur l'autre côté.



1

حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



2

ضعي البصل في مقلاة مع الزيت و اتركه على نار هادئة حتى يذبل البصل. أضيفي اللحم المرحي، الملح، الفلفل الأسود، القرفة و السمن. أخلطي الكل و اتركه يطهى 15 د. أتركه يبرد

Mettre les oignons dans une poêle avec l'huile et laisser fondre à feu doux jusqu'à ce que les oignons tombent. Ajouter la viande hachée, le sel, le poivre, la cannelle et le smen. Mélanger le tout et laisser cuire 15 mn, laisser refroidir.



3

في حين، أخفقي البيض مع الملح و اطهيه على شكل عجة مع ملعقة كبيرة سمن.

Entre temps, battre les œufs avec un peu de sel et les cuire en

تورتة

المقادير

- 500 غ لحم مرحي
- 2 ملاعق صغيرة سمن
- ½ ملعقة صغيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة قرفة
- 1 ملعقة كبيرة زيت
- 2 بصل مقطع شرائح
- 4 بيض مخفوق
- 1 كيس ديول
- 1 ملعقة كبيرة زبدة

INGRÉDIENTS

- 500 g de viande hachée
- 2 c. à c. de smen
- ½ c. à c. de sel
- ½ c. à c. de poivre noir
- 1 pincée de cannelle
- 1 c. à s. d'huile
- 2 oignons en lamelles
- 4 œufs battus
- 1 douzaine de feuilles de dioul
- 1 c. à s. de beurre



Sfiryra



الكريات : أخلطي جميع المقادير و اتركها في الثلاجة مدة ساعتين ثم شكلي كريات صغيرة بشكل الجوز.

Les boulettes : mélanger tous les ingrédients et laisser au réfrigérateur pendant 2 heures puis façonner de petites boulettes en forme d'une noix.



اقلي الكريات في زيت ليس جد ساخن.

Frir les boulettes dans un bain de friture pas trop chaud.



أرجعي الكريات إلى الصلصة.
Remettre les boulettes dans la sauce.



حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



الصلصة: في طنجرة ضعي جميع المقادير و حمسي مع ½ كأس ماء مدة 15 د.

La sauce : dans une marmite mettre tous les ingrédients et faire revenir avec ½ verre d'eau pendant 15 mn.



مرقي بلتر ماء و اتركها تطهى مدة 30 د.

Mouiller avec 1 litre d'eau et laisser cuire pendant 30 mn.

سفيرية

المقادير

- الصلصة
- 1 دجاج مقطع إلى 8 قطع
- 1 بصل مبشور
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة قرفة
- 100 غ حمص
- 1 لتر ماء

- الكريات
- 1 خبز يابس منقوع في الماء و معصور
- 1 ملعقة صغيرة سمن
- 1 قرصة قرفة
- 1 قرصة فلفل أسود
- ½ ملعقة صغيرة ملح
- 1 كيس خميرة كيميائية
- 2 ملاعق كبيرة ماء زهر البرتقال
- 200 غ جبن أبيض
- 6 بيض

INGRÉDIENTS

• La sauce

- 1 poulet coupé en 8 morceaux
- 1 oignon râpé
- 2 c. à s. d'huile
- 1 c. à s. de smen
- 1 c. à c. de sel
- ½ c. à c. de poivre
- 1 pincée de cannelle
- 100 g de pois chiches
- 1 litre d'eau

• Les boulettes

- 1 pain sec trempé dans l'eau et essoré
- 1 c. à c. de smen
- 1 pincée de cannelle
- 1 pincée de poivre
- ½ c. à c. de sel
- 1 sachet de levure chimique
- 2 c. à s. d'eau de fleurs d'oranger
- 200 g de fromage blanc
- 6 œufs



Sbiaàtte laàroussa



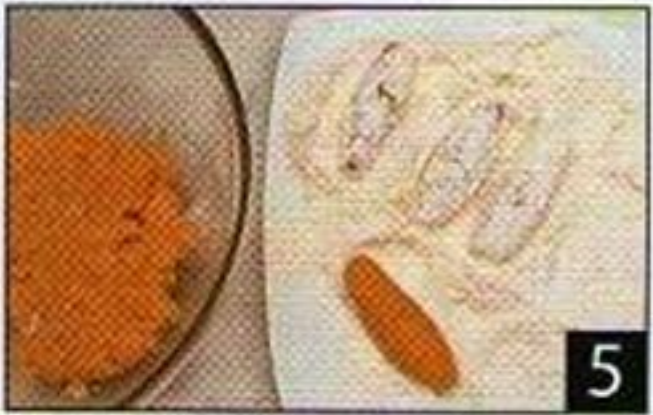
4

أضيفي السكر المسحوق و اتركه يغلي 15 د.
Ajouter le sucre cristallisé et laisser
bouillir 15 mn.



1

حضري المقادير.
Préparer les ingrédients.



5

في حين حضري الصبيعات: أخلطي جميع
المقادير و اجمعي بالبيض حتى تحصل على
عجينة صلبة. شكلي صبيعات صغيرة ثم
رمدبها في الفرن و اقلبيها.

Entretemps préparer les sbiaàttes :
mélanger tous les ingrédients et
ramasser avec les œufs jusqu'à
formation d'une pâte dure.
Façonner de petits doigts puis les
enrober dans la farine et les faire
frir.



2

في طنجرة ضعي قطع اللحم و السكر،
القرفة، السكنجبير، الينسون النجيمي
و السمن.

Dans une marmite mettre les
morceaux de viande et de sucre,
la cannelle, le gingembre, les
étoiles d'anis et le smen.



6

ضعيها في الصلصة و اتركها تغلي 10 د،
أسقيها بما. زهر البرتقال و أطفئي النار.

Les plonger dans la sauce et laisser
bouillir 10 mn, arroser avec l'eau de
fleurs d'oranger et éteindre.



3

مرقي بالماء و اتركه يغلي 30 د على
نار هادئة.

Mouiller avec l'eau et laisser
bouillir 30 mn à feu doux.

صبيعات لعروسة

المقادير

- الصلصة المسكرة
- 250 غ لحم غنمي مقطع
- 12 قطعة سكر
- ½ عصبة قرفة
- ½ عصبة سكنجبير
- 2 ينسون نجيمي
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 1 لتر ماء بارد
- 500 غ سكر مسحوق
- 2 ملاعق كبيرة ماء زهر البرتقال

الصبيعات

- 2 كيلات لوز مقشر و مرحي رقيق
- 1 كيلة خبز يابس مرحي
- ½ كيلة إلا أصبع سكر مسحوق
- 1 قرصة خميرة كيميائية
- بيض لجمع العجينة

INGRÉDIENTS

- Sauce sucrée
- 250 g de viande d'agneau coupée en
petits morceaux
- 12 morceaux de sucre
- ½ bâtonnet de cannelle
- ½ bâtonnet de gingembre
- 2 étoiles d'anis
- 1 c. à s. de smen
- 1 litre d'eau froide
- 500 g de sucre cristallisé
- 2 c. à s. d'eau de fleurs d'oranger
- Sbiaàttes
- 2 mesures d'amandes émondées
moulues finement
- 1 mesure de chapelure
- ½ mesure moins un doigt de sucre
cristallisé
- 1 pincée de levure chimique
- Œufs pour ramasser



Ch'bah essafra



4

ادهني صينية فرن مدهونة بالزبدة، ضعي شرائح التفاح و الإجاص و اسقيها بغراف من الشراب.

Beurrer un plat allant au four, poser les tranches de pommes et de poires et arroser avec une louche de sirop.



5

أسكي الحشو السائل و اطهيه في الفرن مدة 30 د على 180°.

Verser la farce liquide et enfourner pendant 30 mn à 180°.



6

إنزعيه من الفرن، اسقيه بالشراب البارد و اتركه يبرد. أقلي صينية الفرن و قطعيه إلى قطع. زيني باللوز و الكرز.

Retirer du four, arroser avec le sirop froid et laisser refroidir. Renverser le plat allant au four et couper en morceaux. Garnir d'amandes et de cerises.



1

الشراب : في طنجرة ضعي الماء و السكر و اتركه يغلي 10 د.

Le sirop : dans une marmite mettre l'eau et le sucre et laisser bouillir 10 mn.



2

أضيفي التفاح و الإجاص و اتركها تغلي 15 د على نار متوسطة، قطري التفاح و الإجاص، و اتركها تبرد ثم قطعها شرائح. دعي الشراب يبرد.

Ajouter les pommes et les poires et laisser bouillir 15 mn à feu moyen, égoutter les pommes et les poires, laisser refroidir et les couper en grosses lamelles. Laisser le sirop refroidir.



3

حضري الحشو بجميع المقادير، أضيفي البيض حتى تحصل على عجينة سائلة.

Préparer la farce avec tous ingrédients, ajouter les œufs jusqu'à obtention d'une pâte liquide.

شباح السفرة

المقادير

• شراب عاقد (½ لتر ماء + 750 غ سكر)
• 2 تفاح و 2 إجاص مقطع إلى نصفين
و محكوك بالليمون

الحشو

• 2 كيلات لوز مقشر و مرحي رقيق
• 1 كيلة خبز يابس مرحي رقيق
• 1 كيلة سكر مسحوق
• 1 كيس خميرة كيميائية
• 6 بيض

التزيين

• لوز منسل
• كرز مصبر

INGRÉDIENTS

• 1 sirop épais (½ litre d'eau + 750 g de sucre)
• 2 pommes et 2 poires coupées en deux et citronnées
• Farce
• 2 mesures d'amandes émondées et moulues finement
• 1 mesure de chapelure moulue finement
• 1 mesure de sucre cristallisé
• 1 sachet de levure chimique
• 6 œufs

Décoration

• Amandes effilées
• Cerises confites



Rechta au four



4

في طنجرة كبيرة، ضعي لتر من الماء، الملح، ملعقة كبيرة زيت و اتركها تغلي، أسكيبي التالياتيل دون التوقف عن التحريك مدة 10 د. قطريها و أضيفي المارغارين.

Dans une grande marmite, mettre un litre d'eau salée, 1 c. à soupe d'huile et laisser bouillir, verser les tagliatelles sans cesser de mélanger pendant 10 mn. Les égoutter et ajouter la margarine.



5

أخلطي نصف كمية البشاميل مع التالياتيل و اسكيبيها في صنية فرن مدهونة بالزبدة، أضيفي الدجاج المفتت و الجبن المبشور.

Mélanger la moitié de la béchamel avec les tagliatelles et les verser dans un plat beurré, ajouter le poulet émietté et le fromage râpé.



6

ضعي طبقة التالياتيل المتبقية و اسكيبي فوقها البشاميل، ذري الجبن المبشور و اطهيها في الفرن 30 د على 180°.

Poser la couche de tagliatelles restante et verser dessus la béchamel, parsemer de fromage râpé et enfourner 30 mn à 180°.



1

الصلصة: في طنجرة، ضعي جميع المقادير و حسسي الكل 10 د مع ½ كأس شاي من الماء.

La sauce : dans une marmite, mettre tous les ingrédients et faire revenir 10 mn avec ½ verre à thé d'eau.



2

مرقي بالماء الساخن و اتركها تطهى 30 د. أنزعي أبيض الدجاج و فتتيه.

Mouiller avec l'eau chaude et laisser cuire 30 mn. Retirer le blanc de poulet et l'émietter.



3

حضري البشاميل : في قدر صغير ذوبي الزبدة، أضيفي الفرينة و اخلطي 3 د. أسكيبي الحليب و الصلصة ثم أضيفي الملح، الفلفل الأسود، جوزة الطيب و الجبن الأبيض.

Préparer la béchamel : dans une casserole faire fondre le beurre, ajouter la farine et mélanger pendant 3 mn, verser le lait et la sauce puis ajouter le sel, le poivre, la noix de muscade et le fromage blanc.

رشته في الفرن

المقادير

- الصلصة
- 1 صدر دجاج
- 1 بصل مبشور
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة قرفة
- 1 لتر ماء ساخن
- بيشاميل:
- 100 غ زبدة
- 100 غ فرينة
- 750 غ حليب بارد
- 250 مل صلصة بيضاء
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1 قرصة جوزة الطيب
- 100 غ جبن أبيض
- 500 غ تالياتيل
- 50 غ مارغارين

INGRÉDIENTS

- La sauce
- 1 blanc de poulet
- 1 oignon râpé
- 1 c. à s. de smen
- 2 c. à s. d'huile
- 1 c. à c. de sel
- ½ c. à c. de poivre
- 1 pincée de cannelle
- 1 litre d'eau chaude
- Béchamel
- 100 g de beurre
- 100 g de farine
- 750 g de lait froid
- 250 ml de sauce blanche
- 1 c. à c. de sel
- ½ c. à c. de poivre noir
- 1 pincée de noix de muscade
- 100 g de fromage blanc
- 500 g de tagliatelle
- 50 g de margarine



Lham lahlou



4

أضيفي البرقوق، المشمش و الزبيب المنقوع من قبل 10 د في الماء الدافئ.
Ajouter les pruneaux, les abricots et les raisins secs déjà trempés 10 mn à l'eau tiède.



5

أضيفي التفاح المقشر المقطع إلى 4 أو كامل و اتركه يطهى 10 د على نار قوية.
Ajouter les pommes épluchées et coupées en quatre ou entières et laisser bouillir 10 mn à feu vif.



6

اسقيه بماء زهر البرتقال و زينه باللوز.
Arroser d'eau de fleurs d'oranger et garnir avec les amandes.

ملاحظة

عند وضع المشمش البرقوق و الزبيب لا تخلطي بمعلقة خشبية.

REMARQUE

Au moment de mettre les abricots et les raisins secs et pruneaux ne mélangez jamais avec une cuillère en bois.



1

حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



2

في طنجرة، ضعي اللحم، قطع السكر، السمن، القرفة، السكنجبير، اليانسون النجمي و الماء. أتركه يطهى 30 د على نار هادئة.

Dans une marmite mettre la viande, le sucre en morceaux, le smen, la cannelle, le gingembre, les étoiles d'anis et l'eau. Laisser bouillir 30 mn à feu doux.



3

أضيفي السكر المسحوق و اتركه يغلي على نار قوية حتى تتشكل فقاعات كبيرة.

Incorporer le sucre cristallisé et laisser bouillir à feu vif jusqu'à formation de grosses bulles.

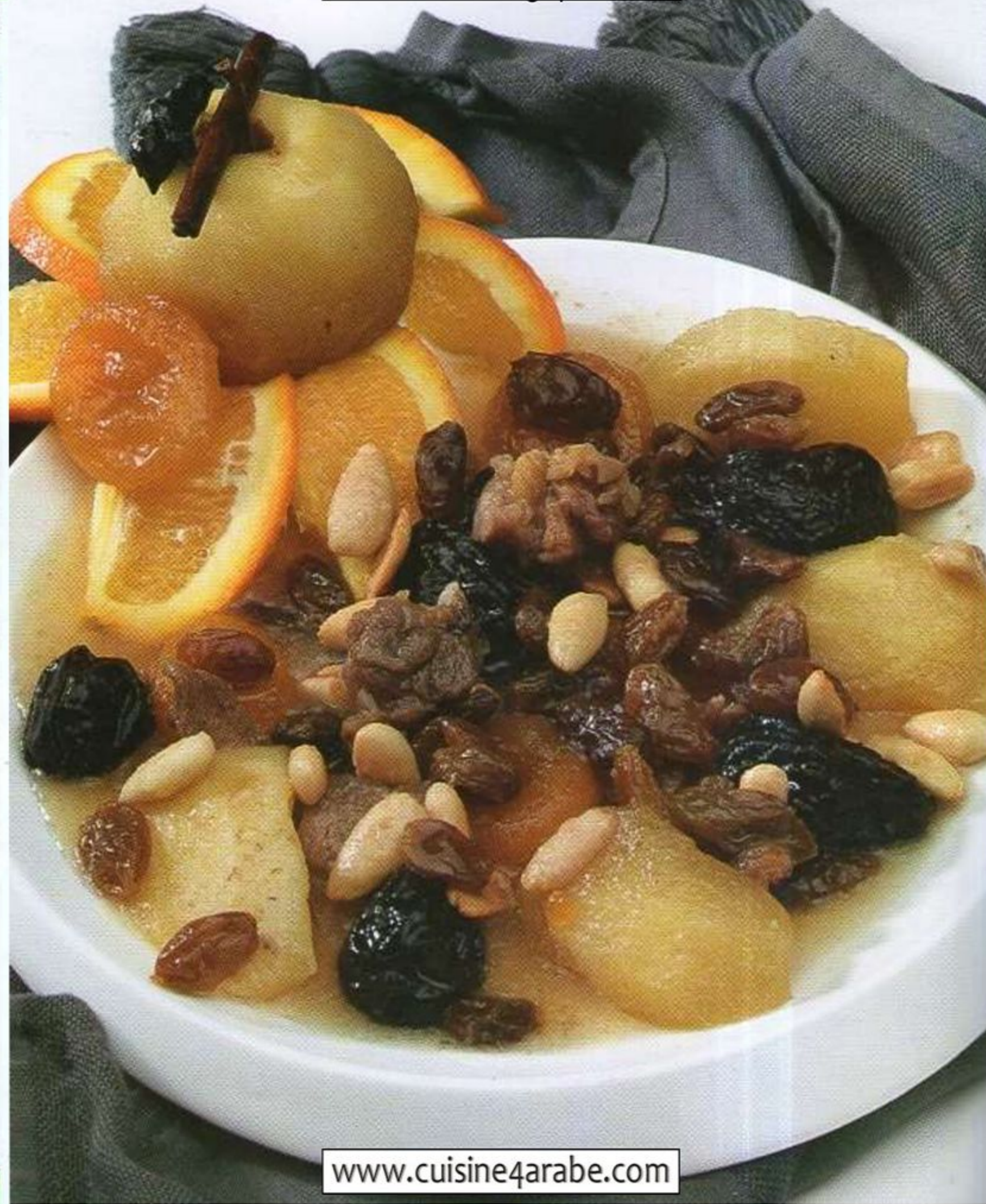
لحم لحلو

المقادير

- 250 غ لحم خروف (فخذ) مقطع مكعبات
- 12 قطعة سكر
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- ½ عصية قرفة
- ½ عصية سكنجبير
- 2 يانسون نجمي
- 1 لتر ماء بارد
- 500 غ سكر مسحوق
- 250 غ برقوق
- 250 غ مشمش مجفف
- 100 غ زبيب
- 2 تفاح (اختياري)
- 2 ملاعق كبيرة ماء زهر البرتقال
- 100 غ لوز محمر مع السمن

INGRÉDIENTS

- 250 g de viande d'agneau (gigot) coupée en dés
- 12 morceaux de sucre
- 1 c. à s de smen
- ½ bâtonnet de cannelle
- ½ bâtonnet de gingembre
- 2 étoiles d'anis
- 1 litre d'eau froide
- 500 g de sucre cristallisé
- 250 g de pruneaux
- 250 g d'abricots secs
- 100 g de raisins secs
- 2 pommes (facultatif)
- 2 c. à s d'eau de fleurs d'oranger
- 100 g d'amandes dorées avec le smen



Salade couche par couche

سلطة طبقة بطبقة

المقادير

- 1 كغ بطاطا
- 1 كغ جزر
- 1 كغ شمندر
- 2 بيض مسلوق و مبشور
- مايونيز
- صلصة الخل
- 1 ملعقة كبيرة خل
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- ملح و فلفل أسود

INGRÉDIENTS

- 1 kg de pommes de terre
- 1 kg de carottes
- 1 kg de betteraves
- 2 œufs durs râpés
- Mayonnaise
- Sauce vinaigrette
- 1 c. à s. de vinaigre
- 3 c. à s d'huile
- Sel et poivre noir



1

حضري المقادير و اطهي جميع الخضار على البخار، اتركها تبرد ثم قطعي البطاطا دوائر و أبشري الشمندر و الجزر. Préparer les ingrédients et cuire à la vapeur tous les légumes entiers, laisser refroidir puis couper les pommes de terre en rondelles et râper les betteraves et les carottes.



2

فرقي الخضار و أسقي كل واحدة بملعقة كبيرة من صلصة خل. Arroser chaque légume avec 1 c. à soupe de vinaigrette.



3

على صحن به مول الشارلوت ضعي طبقة من البطاطا. Poser sur une assiette un moule à charlotte, mettre une

طبقة من البطاطا.

www.cuisine4arabe.com



4

أضيفي طبقة من الشمندر و طبقة من الجزر. Ajouter une couche de betteraves et une couche de carottes.



5

أبسطي فوقها طبقة من المايونيز. Etaler dessus une couche de mayonnaise.



6

ذري البيض المبشور و زيني حسب ذوقك. Parsemer d'œufs râpés et décorer selon votre goût.

Parsemer d'œufs râpés et décorer selon votre goût.



Bourek à la pâte



4

أبسطي العجينة بالخلال و قطعي دوائر بواسطة قطعة.

Etaler la pâte avec un rouleau à pâtisserie et couper des ronds à l'aide d'un emporte pièce.



1

حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



2

العجينة، في وعاء ضعي الفرينة، الملح، الزيت و البيض، أخلطي و اجمعي بالماء الساخن حتى تحصل على عجينة طرية ثم اتركها ترتاح في الثلاجة مدة 1 ساعة.

La pâte : dans une terrine mettre la farine, le sel, l'huile et l'œuf, mélanger et ramasser avec l'eau chaude jusqu'à formation d'une pâte molle puis laisser reposer au réfrigérateur pendant 1 heure.



3

في حين، حضري الحشو: في طنجرة صغيرة ضعي الدجاج، السمّن، الزيت، البصل، الملح، الفلفل الأسود و القرقة وحمسي الكل 5 د إلى 10 د. مرقي بالماء الساخن و اتركي الكل يطهى 30 د، قطري صدر الدجاج وفتتيد.

Entre temps préparer la farce : dans une petite marmite mettre le blanc de poulet, le smen, l'huile, l'oignon, le sel, le poivre et la cannelle et faire revenir 5 à 10 mn. Mouiller avec l'eau chaude et laisser cuire 30 mn, égoutter le blanc de poulet et l'émietter.



5

ضعي أبيض الدجاج المفتت و قطعة جبن في الوسط، ادھني الطرف بصغار البيض و أغلقي العجينة، أضغطي جيذا بأصبعك و زني بالشوكة.

Mettre le blanc de poulet émietté et un morceau de fromage au milieu, badigeonner l'extrémité de jaune d'œuf et fermer la pâte, bien appuyer avec le pouce et faire une garniture à l'aide d'une fourchette.



6

ضعي البوراك في صينية مرشوشة بالفرينة، ادھني السطح بصغار البيض و ذري الجملجلان. أطهبها في الفرن 15 إلى 20 د على 180°.

Poser les boureks dans un plat enfariné, badigeonner le dessus de jaune d'œuf et parsemer de grains de sésame. Enfourner 15 à 20 mn à 180°.

بوراك بالعجينة

المقادير

- العجينة
- 500 غ فرينة
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- 1 كأس شاي زيت
- 1 بيض
- ماء دافئ لجمع العجينة
- 1 صفار بيض للدهن
- جلجلان للذر

الحشو

- 1 صدر دجاج
- 1 بصل صغير مبشور
- 1 ملعقة صغيرة سمن
- 1 ملعقة كبيرة زيت
- ملح
- 1 قرصة فلفل أسود
- 1 قرصة فرفة
- ½ لتر ماء ساخن
- 100 غ جبن أبيض أو جبن مينشور

INGRÉDIENTS

- La pâte
- 500 g de farine
- 1 c. à c. de sel
- 1 verre à thé d'huile
- 1 œuf
- Eau tiède pour ramasser
- 1 jaune d'œuf pour dorure
- Grains de sésame pour saupoudrer

- La farce
- 1 blanc de poulet
- 1 petit oignon râpé
- 1 c. à c. de smen
- 1 c. à s. d'huile
- Sel
- 1 pincée de poivre noir
- 1 pincée de cannelle
- ½ litre d'eau chaude
- 100 g de fromage blanc ou fromage râpé

Khobz el coucha



4
أسطي الزبدة الطرية و ضعي فوقها العجينة ثم أعجنني جيدا.
Aplatir le beurre ramolli et poser dessus la pâte et bien pétrir.



5
أقسمي العجينة إلى إثنان، أسطبيها على مول مدهون بالزيت، أرمسي عليها بالحرارة و أتركها تتخمر مدة 30 د.
Couper la pâte en deux, aplatir sur un moule huilé, dessiner avec une roulette et laisser lever 30 mn.



6
أدهنيها بصفار البيض الممزوج مع القهوة و ذري الجملجان. أطيها في الفرن 45 د على 180°.
Badigeonner avec le jaune d'œuf mélangé au café et parsemer de grains de sésame. Enfourner 45 mn à 180°.

ملاحظة

قبل أن تترغيبها من المول، ضعيها على منديل مبلل 10 د ثم الزعيده.

REMARQUE

Avant de démouler poser le moule chaud sur une serviette humide 10 mn ensuite démouler



1
في قدر أخلطي الدقيق، الفرينة، السكر، الملح، الزيت، خميرة الخبز، السانوج و حبة حلاوة.

Dans un fait tout mélanger la semoule, la farine, le sucre, le sel, l'huile, la levure de boulanger, le sanoudj et habat hlawa.



2
أضيفي البيض.
Ajouter les œufs.



3
أسكي فوقها الحليب الدافئ، أخلطي، أعجنني قليلا ثم أتركها تتخمر في مكان ساخن مدة ساعة.

Verser dessus le lait tiède, mélanger, pétrir un peu et laisser lever dans un endroit

خبز الكوشة

المقادير

- 1 • 1 كغ دقيق متوسط
- 1 • حفنة فرينة
- 1 • ملعقة كبيرة سانوج
- 1 • ملعقة كبيرة حبة حلاوة
- 4 • ملاعق كبيرة سكر مسحوق
- 2 • ملاعق كبيرة خميرة الخبز
- 1 • ملعقة كبيرة ملح
- 1 • كأس شاي زيت
- 5 • بيض
- ½ • لتر حليب مغلي مع قشرة برنقال مجففة
- 100 • غ زبدة
- التزيين
- صفار بيض + 1 ملعقة كبيرة قهوة
- جلجلان محمص

INGRÉDIENTS

- 1 kg de semoule moyenne
- 1 poignée de farine
- 1 c. à s. de sanoudj
- 1 c. à s. de habet hlawa
- 4 c. à s. de sucre cristallisé
- 2 c. à s. de levure de boulanger
- 1 c. à s. de sel
- 1 verre à thé d'huile
- 5 œufs
- ½ litre de lait bouilli avec l'écorce d'une orange sèche
- 100 g de beurre
- Garniture
- 1 jaune d'œuf + 1 c. à s de café
- Grains de sésame grillés



Flandise



4

حضري الطبقة الثانية: نفس العملية (حضري فلان الفانيليا). أسكي فلان الفانيليا فوق الطبقة الأولى، ضعي البسكويت فوقه و اتركه يبرد.

Préparer la 2ème couche : la même opération (préparer le flan vanille). Verser le flan vanille sur la première couche, poser dessus les biscuits et laisser refroidir.



5

حضري الطبقة الثالثة: نفس العملية (حضري فلان الفراولة). أسكي فلان الفراولة على الطبقة الثانية و اتركه يبرد.

Préparer la 3ème couche : la même opération (préparer le flan fraise). Verser le flan fraise sur la deuxième couche et laisser refroidir.



6

زيني بالفستق و الكرز.

Garnir avec les pistaches et les cerises.



1

حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



2

حضري الطبقة الأولى: في قدر صغير أخلطي ½ لتر حليب، فلان الشكلاطة، 1 ملعقة كبيرة سكر و 2 ملاعق كبيرة مايزينة، ضعي القدر على النار و حركي حتى يتشاكل الخليط.

Préparer la 1er couche : dans une casserole mélanger ½ litre de lait, le flan chocolat, 1 c. à s. de sucre et 2 c. à s. de maïzena, poser la casserole sur le feu et fouetter jusqu'à épaississement.



3

أسكي فلان الشكلاطة في صينية غراتان، رتبي فوقه البسكويت الواحد بجانب الآخر مع الضغط قليلا، اتركه يبرد.

Verser le flan chocolat dans un plat à gratin, poser dessus les biscuits l'un à côté de l'autre tout en appuyant un peu. Laisser refroidir.

فلانديز

المقادير

- 1 لتر و ½ حليب طازج
- 1 كيس فلان فانيليا
- 1 كيس فلان شكلاطة
- 1 كيس فلان فراولة
- 3 ملاعق كبيرة سكر
- 6 ملاعق كبيرة مسوحة مايزينة
- 1 علبة بسكويت

التزيين

- فستق مرحي
- كرز مصبر

INGRÉDIENTS

- 1 litre et ½ de lait frais
- 1 sachet de flan vanille
- 1 sachet de flan chocolat
- 1 sachet de flan fraise
- 3 c. à s de sucre
- 6 c. à s rase de maïzena
- 1 paquet de biscuits

• Garniture

- Pistaches moulues
- Cerises confites



Maàdjoune T'bassa



5

أضيفي عصير ليمونة و حركي بملعقة خشبية حتى تتحصلي على عجينة لا تلتصق بالجوانب (حوالي 40 د).
Ajouter le jus d'un citron et remuer avec 1 cuillère en bois jusqu'à formation d'une pâte qui se détache des parois (environ 40 mn).



2

قشري السفرجل و حكيه بالليمون ثم قطعيه مكعبات، أطهيه على البخار حتى الطهي الكلي.
Eplucher les coings, bien les citronner et les couper en dés, cuire à la vapeur jusqu'à cuisson totale.



3

إرحي السفرجل في الطاحونة اليدوية.
Passer les coings à la moulinette.



4

اطهي في دسعة كيلة سفرجل مع 2 كيلات سكر قطع.
Cuire dans une cocotte 1 mesure de coings et 2 mesures de sucre en morceaux.

معجون تبسة

المقادير

- 2 كغ سفرجل
- سكر قطع
- ليمون

INGRÉDIENTS

- 2 kg de coings
- Sucre en morceaux
- Citrons



1

حضري المقادير.
Préparer les ingrédients.

ملاحظة

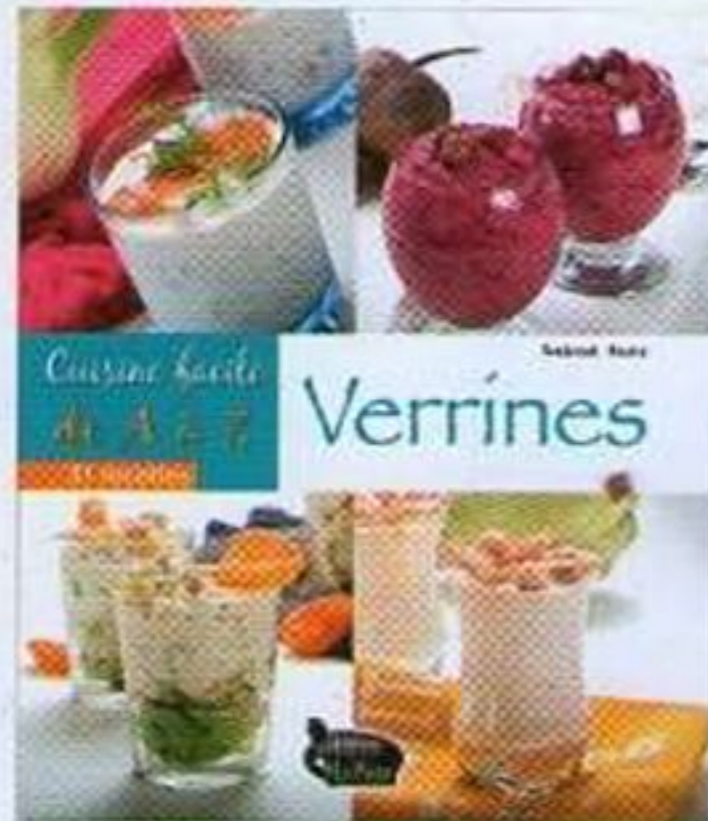
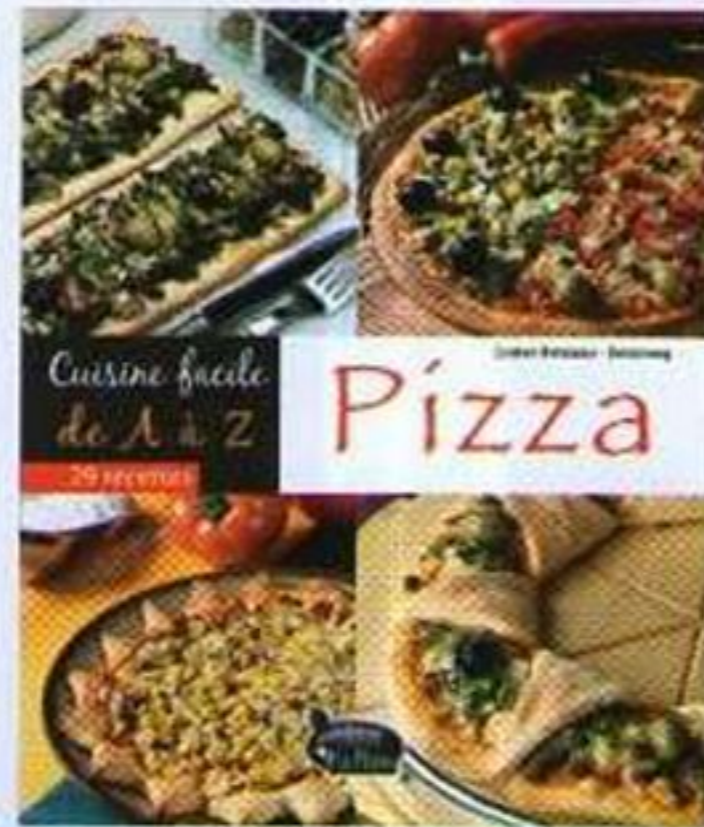
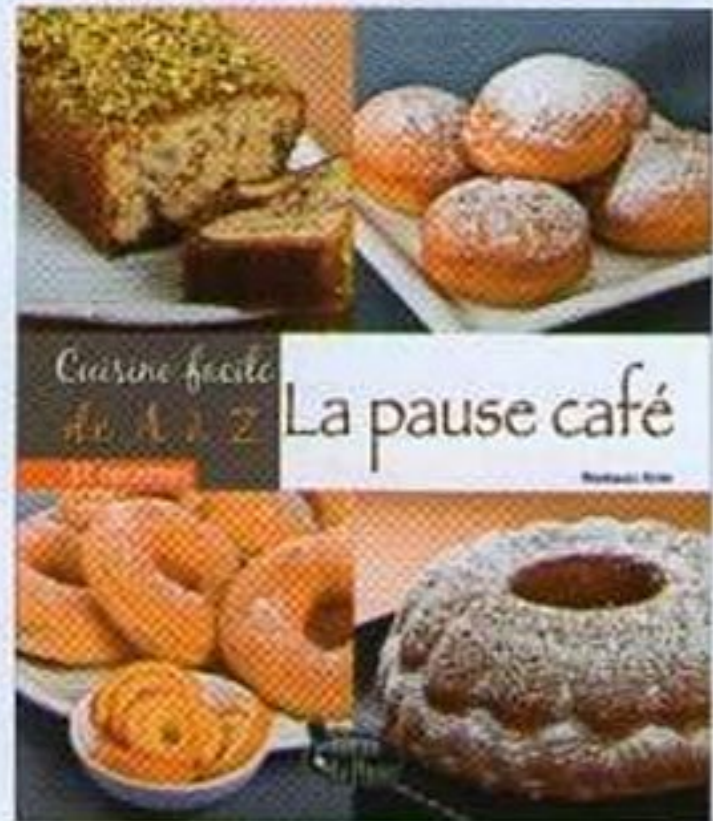
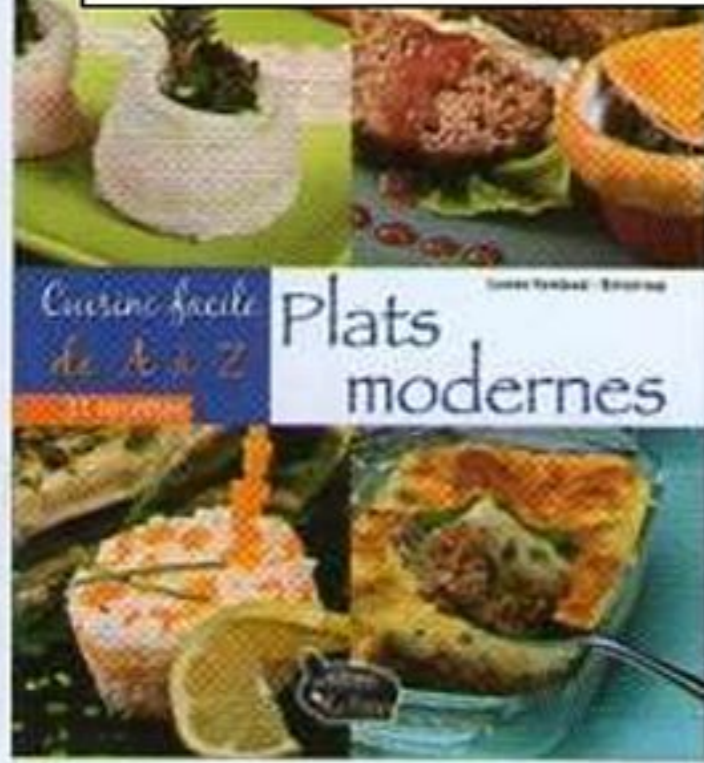
عند استعمال مول السيليكون اتركه يجف 24 ساعة و عند استعمال الورق الكبريتي اتركه يجف 48 ساعة.

REMARQUE

Si vous utilisez un moule en silicone laisser sécher 24 heures et si vous utilisez du papier sulfurisé laisser sécher 48 heures.

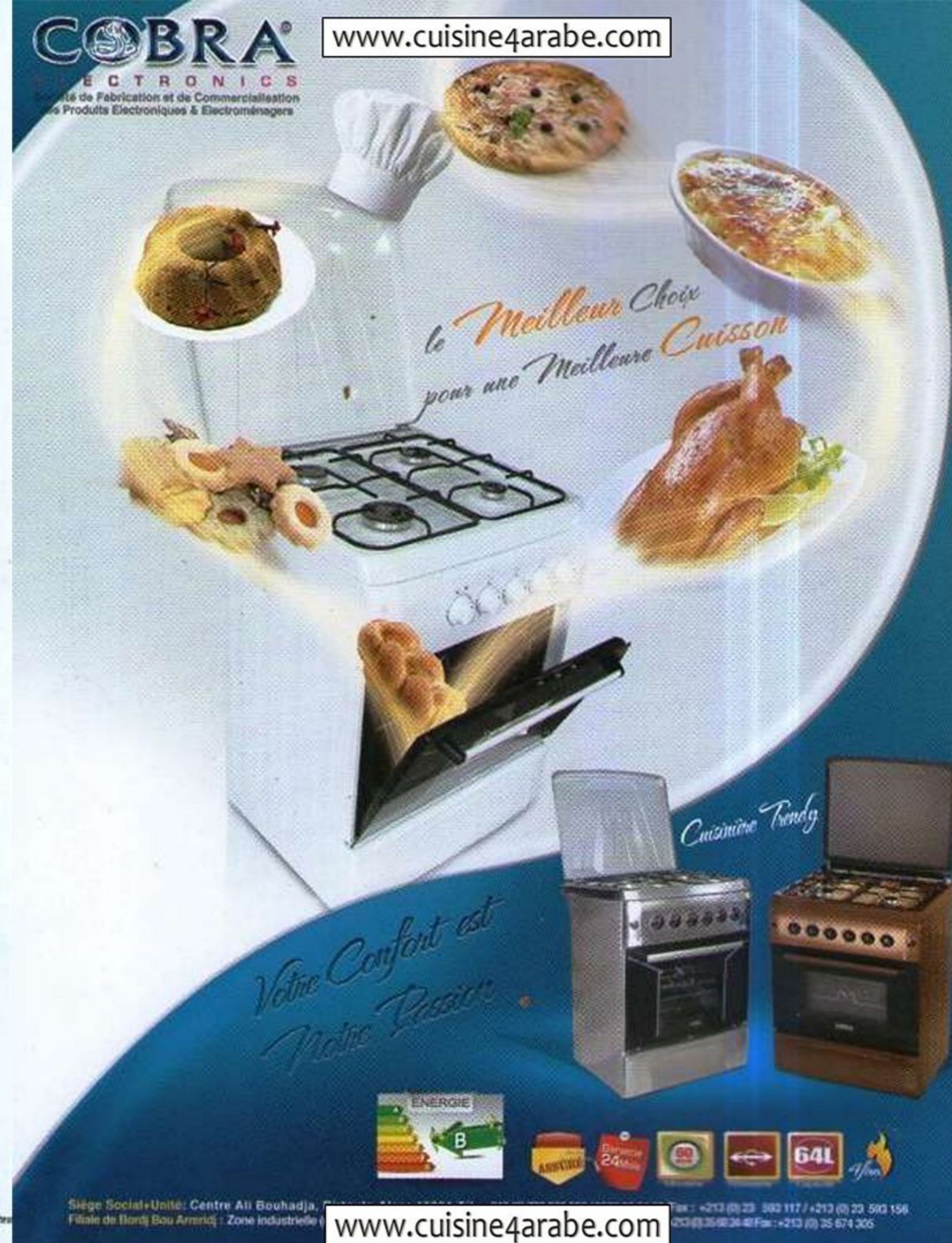


www.cuisine4arabe.com



COBRA
ELECTRONICS
Société de Fabrication et de Commercialisation
des Produits Electroniques & Electroménagers

www.cuisine4arabe.com



*Votre Confort est
Notre Passion*

Cuisinière Trendy



Copyright © EDITION LA PLUME
31, Rue Ouzaine Mohamed - Bordj El Kiffi
Tél/fax: 021 21 11 03 - 021 20 33 91

www.cuisine4arabe.com

et de reproduction par tous procédés, réservés pour tous pays.
Aucune partie ne peut être reproduite à des fins commerciales sans l'autorisation de l'auteur.

Siège Social+Unité: Centre Ali Bouhadja,
Filiale de Bordj Bou Arreridj: Zone Industrielle

www.cuisine4arabe.com

Tel : +213 (0) 23 503 117 / +213 (0) 23 503 156
Fax : +213 (0) 23 503 36 40 / +213 (0) 23 674 306