

Cuisine facile  
de A à Z

15 recettes

Crêpes  
Sucrées

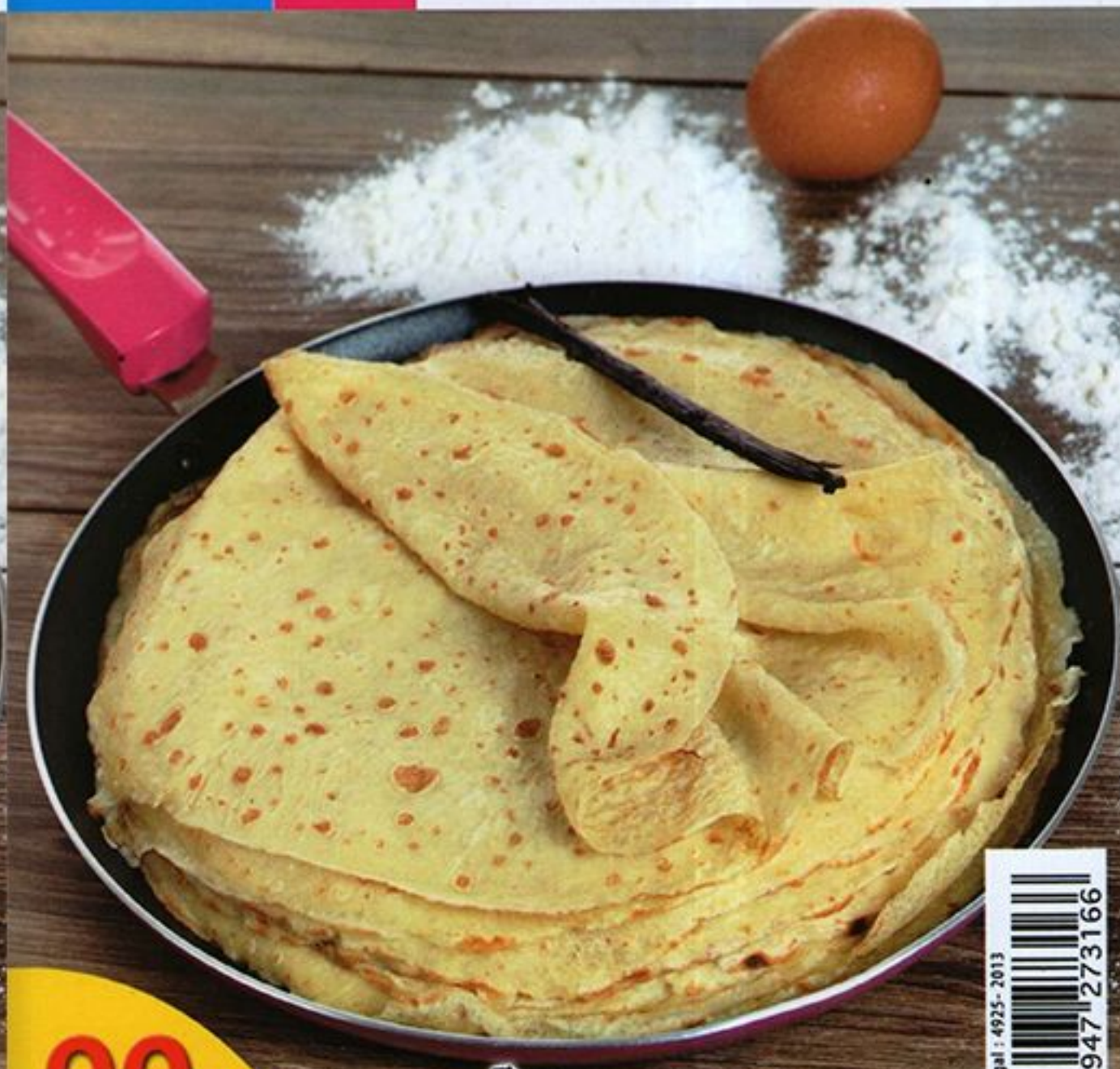
كريب  
فطائر

حلوة

كارمن حمداوي بن زروق

الطبخ السهل  
من أ إلى ي

15 وصفة



99 دج  
فقط



www.cuisine4arabe.com

99 DA  
SEULEMENT



www.cuisine4arabe.com



6



فطائر البانكاك بالياغورت

Pancakes au yaourt

4



فطائر كراب تاتان

Crêpes Tatin

2



عجينة فطائر الكراب بالفانيليا

• Pâte à crêpes à la vanille

18



ميكادو فطائر الكراب  
بكريمة الشكولاتة

Mikado de crêpes et crème  
au chocolat

16



أطاييف السفيري اللبنانية

Atayef assafiri libanais

14



فطائر كراب سوفي بالبرتقال

Crêpes soufflées à l'orange

30



فطائر الكراب على شكل  
الغابة السوداء

Crêpe façon foret noire

28



رزمة فطائر الكراب  
بالاجاص و الكراميل

Aumônière de crêpe aux  
bananes et caramel

26



فطائر الكراب الاستوائية  
بالموز المكروم  
بالموز المكروم

Crêpes exotiques aux bananes  
caramélisées

12



كراب سوزيت

Crêpe Suzette

10



فطائر البانكاك بالقهوة  
و صلصة الشكولاتة

Pancakes au café et coulis  
de chocolat

8



فطائر البانكاك بحبيبات  
الشكولاتة

Pancakes aux pépites  
de chocolat

24



نامس فطائر الكراب بالمربي  
الحليب

Nems de crêpes à la confiture  
de lait

22



فطائر الكراب بالشكولاتة  
و الكيوي

Crêpes au chocolat et kiwi

20



فطائر الكراب الصغيرة  
بالأناناس

Tartelettes de crêpes  
aux ananas



Copyright © EDITION LA PLUME

31, Rue Ouassine Mohamed - Bordj El Kiffan - Alger - Algérie

TEL/fax : 00 213 21 21 11 03 - 00 213 21 20 33 99 / Mob. : 00 213 556 380 100

Site: www.editionlaplume.com



# عجينة فطائر كراب بالزيتون [www.cuisine4arabe.com](http://www.cuisine4arabe.com)

- 200 غ فرينة
- 40 سل حليب
- 50 غ سكر
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 3 بيض
- نصف عود فانيليا
- قرصة ملح
- 3 œufs
- Une demi-gousse de vanille
- 1 pincée de sel



3  
قطعي عود الفانيليا إلى نصفين  
و استخراجي الحبوب باستعمال السكين.  
Couper la gousse de vanille en deux et  
extraire les graines à l'aide d'un couteau.



2  
أخفسي بالمخلاط الكهربائي حتى يتضاعف  
حجم الخليط ثم أضيفي الفرينة المغرولة.  
Battre avec un fouet électrique jusqu'à  
ce qu'il double de volume puis ajouter la  
farine tamisée.



1  
داخل وعاء، ضعي البيض و السكر  
و الملح. أخفسي البيض حتى يبيض.  
Dans un saladier, mettre les œufs, le sucre  
et le sel. Battre les œufs jusqu'à ce qu'ils  
blanchissent.



6  
غطسي الوعاء بقطعة من قماش و اتركي  
العجينة ترتاح لمدة ساعة. إطهي فطائر  
الكراب في مقلاة حتى تكلمي العجينة.

Couvrir le saladier avec une serviette  
et laisser reposer 1 heure. Cuire dans  
une poêle huile jusqu'à épuisement  
de la pâte.



5  
أخلطي جيدا بالمخلاط لتمزجي المكونات  
و أضيفي الزيت في الأخير.

Incorporer bien les ingrédients avec le  
batteur et à la fin ajouter l'huile.



4  
أضيفي الحليب و اصلي الخفق.

Ajouter le lait et continuer à battre.



## Crêpes Tatin

- 6 crêpes sucrées
- Jus de 2 citrons
- 6 pommes
- Moule
- 100 g de sucre roux
- 60 g de beurre

- عصير حبتي ليمون
- قالب

## فطائر كراب تاتان

- 6 فطائر كراب حلوة
- 6 تفاح
- 100 غ سكر أحمر (بني)
- 60 غ زبدة



3 عندما يذوب السكر، أضيفي عصير الليمون المتبقي. أتركي السكر على النار لتستوي لمدة 5 دقائق حتى يتحول إلى كراميل.

Une fois le sucre fondu, ajouter le reste du jus de citron. Laisser cuire 5 minutes jusqu'à caramélisation.



2 داخل قالب دائري، ذوبي الزبدة و أضيفي السكر البني.

Dans un moule rond, faire fondre le beurre sur feu doux puis ajouter le sucre roux.



1 قشري التفاح و قطعيه إلى أربعة. ضعي التفاح المقطع داخل وعاء و اغطسيه في عصير البرتقال. إحتفظي بها.

Eplucher les pommes, les couper en quartiers. Mettre dans un saladier et tremper dans le jus de citron. Réserver.



6 ضعي فطائر الكراب المصففة و ادخلي الحواف في القالب باستعمال السكين. ضعي القالب في فرن درجة حرارته 180° لمدة 20 إلى 25 دقيقة. أتركي الحلوى تبرد ثم انزعبيها من القالب برفق.

Recouvrir les pommes empilées et faire entrer les pourtours à l'intérieur du moule avec un couteau. Mettre au four à 180° pendant 20 à 25 minutes. Laisser tiédir et démouler délicatement.



5 حضري فطائر الكراب، و صففيها الواحدة فوق الأخرى.

Préparer les crêpes. Les empiler l'une sur l'autre.



4 ضعي قطع التفاح في القالب. أتركيها على النار لمدة 10 إلى 15 دقيقة ثم انزعبي القالب من النار.

Disposer les quartiers de pommes dans le moule. Laisser cuire 10 à 15 minutes puis retirer du feu.



# Pancakes au yaourt بالياغور

- 1 yaourt nature
- 1 œuf
- 100 g de farine
- 10 cl de lait
- 20 g de sucre
- Huile

- 1 cuillère à café de levure chimique
  - 1 pincée de sel
- Décoration :**
- Yaourt sucré
  - Amandes effilées

- 1 ملعقة صغيرة خميرة كيميائية
- قرصة ملح
- التزيين :
- ياغورت حلو
- لوز مورق

- 1 ياغورت طبيعي
- 1 بيض
- 100 غ فريئة
- 10 سل حليب
- 20 غ سكر
- زيت



أضيفي الزيت و الياغورت الطبيعي و اخلطي بالخلاط الكهربائي.

Ajouter l'huile et le yaourt nature et mélanger avec un batteur électrique.



شكلي بئرا في الوسط و أضيفي السكر و البيض.

Faire un puits au centre et ajouter le sucre et l'œuf.



داخل وعا، ضعي الفريئة المغريلة و الملح و الخميرة الكيميائية.

Dans un bol, mettre la farine tamisée, le sel et la levure.



داخل مقلاة صغيرة و مدهونة بالزيت، أفرغي غراف من العجينة في المقلاة و وزعيها جيدا. إطهي فطائر البانكايك لمدة دقيقتين من كل جهة. عندما تستوي فطائر البانكايك، أفرغي فوقها الياغورت الحلو و اللوز المورق.

Dans une petite poêle chaude et huilée, verser une louche de pâte dans la poêle, bien répartir la pâte. Cuire les pancakes pendant 2 minutes de chaque côté. Une fois les pancakes cuits, verser dessus le yaourt sucré et les amandes effilées.



واصلي الحفق حتى تحصلسي على عجينة ناعمة. أتركها ترتاح لمدة ساعة.

Continuer à battre jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse. Laisser reposer une heure.



أضيفي الحليب تدريجيا مع مواصلة الحفق.

Ajouter le lait progressivement tout en continuant à battre.



# Pancakes aux pépites de chocolat

# فطائر البانكايك بحبيبات الشكولاتة

- 225 g de farine
- 1 œuf
- 30 cl de lait
- 50 g de sucre en poudre
- 1 cuillère et demi à café de levure chimique
- 1 cuillère à soupe de beurre fondu
- 50 g de pépites de chocolat
- Huile
- Coulis chocolat (page 11)

- 225 غ فرينة
- 1 بيض
- 30 سل حليب
- 50 غ سكر
- 1 ملعقة ونصف صغيرة خميرة كيميائية
- 1 ملعقة كبيرة زبدة مذوبة
- 50 غ حبيبات الشكولاتة
- زيت
- صلصة الشكولاتة (صفحة 11)



أضيفي الحليب تدريجيا مع مواصلة الخفق.

Ajouter le lait progressivement tout en fouettant.



إصنعي بئرا في الوسط و أضيفي البيض و الزبدة المذوبة.

Faire un puits au centre et ajouter l'œuf et le beurre fondu.



داخل وعاء، ضعي الفرينة المغريلة و الخميرة الكيميائية و السكر.

Dans un bol, mettre la farine tamisée, la levure et le sucre.



سخني مقلاة فطائر الكراب و أفرغي غراف من العجينة بقطر 7 سم. أتركي الفطيرة تستوي حتى تشكل فقاعات و اصلي عملية الطهي لمدة 1 دقيقة. قدمي فطائر البانكايك مع صلصة الشكولاتة.

Faire chauffer une crêpière et étaler une louche de pâte en un cercle de 7 cm de diamètre. Laisser cuire jusqu'à formation de bulles et poursuivre la cuisson 1 minute. Servir avec une sauce chocolat chaude.



في الأخير، ضعي حبيبات الشكولاتة و امزجها جيدا مع العجينة.

À la fin, ajouter les pépites de chocolat et bien incorporer à la pâte.

# Pancakes au café و صلصة الشكولاتة coulis de chocolat فطائر البانكايك بالقهوة

## Pâte à pancakes :

- 120 g de farine
- 1 cuillère à café d'extrait de café
- 15 cl de lait
- 2 œufs
- 1 cuillère à café de levure chimique

- 2 cuillères à soupe de sucre
- 1 pincée de sel
- Huile

## Coulis au chocolat :

- 25 cl de lait
- 250 de chocolat noir

- 2 ملاعق كبيرة سكر
- 1 فرصة ملح
- زيت

## صلصة الشكولاتة :

- 25 سل حليب
- 250 غ شكولاتة سوداء

## عجينة البانكايك :

- 120 غ فرينة
- 1 ملعقة صغيرة عطر القهوة
- 15 سل حليب
- 2 بيض
- 1 ملعقة صغيرة خميرة كيميائية



أضيفي السكر و الخميرة و الفرينة المغربية. واصلني الخفق حتى تحصلني على عجينة متماسكة.

Ajouter le sucre, la levure et la farine tamisée. Continuer à battre jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène



داخل وعاء، ضعي صفار البيض ثم أضيفي الحليب و القهوة و اخفقي.

Dans un saladier mettre les jaunes d'œufs puis ajouter le lait au café et fouetter.



حضري فطائر البانكايك : داخل وعاء، ذوبي القهوة مع الحليب. احتفظي بها.

Préparer les pancakes : dans un petit bol, délayer le café dans le lait. Réserver.



سخني مقلاة فطائر الكراب. أفرغي غراف صغير من العجينة و وزعيها جيدا في المقلاة. أتركي الفطيرة تظهو لمدة دقيقتين على الجهتين. قدمسي فطائر البانكايك مع صلصة الشكولاتة.

Faire chauffer une crêpière. Verser une petite louche de pâte, bien répartir sur la poêle. Laisser cuire jusqu'à 2 minutes de chaque côté. Servir les pancakes avec le coulis de chocolat.



حضري صلصة الشكولاتة : داخل كسرولة، سخني الحليب و أضيفي قطع الشكولاتة. أخلطي جيدا حتى تحصلني على عجينة متماسكة.

Préparer le coulis de chocolat : dans une casserole, chauffer le lait et ajouter le chocolat en morceaux. Mélanger jusqu'à l'obtention d'un sauce lisse



داخل وعاء، أخفقي بياض البيض ثم امزجيه برفق مع العجينة.

Dans un saladier, battre les blancs en neige puis les incorporer délicatement à la pâte.

- 6 crêpes (p. 03)
- Sucre en poudre
- 100 g de beurre
- Jus de 2 oranges
- Jus de 1 citron

- Jus d'orange du commerce
- Zeste d'orange pour décoration

- عصير البرتقال من البقالة
- بشور البرتقال للتزيين

- 6 كراب
- سكر
- 100 غ زبدة
- عصير 2 برتقال
- عصير 1 ليمون



دعي الكراميل على النار حتى يتشرب العصير لتحللي على كراميل أشقر و أضيفي الزبدة.

Faire réduire doucement jusqu'à l'obtention d'un caramel blond, ajouter le beurre.



عندما يبدأ السكر بالتحول إلى كراميل، أضيفي عصير الليمون و عصير البرتقال.

Quand le sucre commence à caraméliser ajouter le jus de citron et le jus d'orange.



داخل مقلاة، ضعي السكر. أتركه على النار حتى يذوب.

Dans une poêle, mettre le sucre. Laisser sur le feu.



إطوي الفطائر مرة أخرى على أربعة و بلليها جيدا بالعصير. أضيفي عصير البرتقال المتبقي.

Plier encore les crêpes sur quatre pour bien les imprégner de jus. Ajouter le jus d'orange restant.



إطوي فطائر الكراب إلى إثنين و بلليها في العصير

Les plier en deux et les tremper dans le jus.



دعي العصير على النار حتى يشرب. أغطسي على كلا الوجهين فطائر الكراب الواحدة تلو الأخرى في العصير المحضر.

Laisser réduire le jus blond. Passer les crêpes une à une dans le jus obtenu, sur les deux faces.





## Crêpes soufflées [www.cuisine4arabe.com](http://www.cuisine4arabe.com) l'orange

- 4 crêpes (p. 03)
- Sucre glace pour la décoration
- Appareil à soufflé :**
- (Base de crème pâtissière)
- 125 g de jus d'orange
- 50 g lait
- 30 g sucre en poudre
- 2 jaunes d'œuf
- 250 g de farine
- 25 g de beurre (facultatif)
- 2 cuillères à soupe jus d'orange



أضيفي الحليب الساخن إلى خليط البيض السابق واصلتي الخفق بالمضرب.

Ajouter le lait chaud au mélange des œufs et continuer à battre avec un fouet.



داخل كسرولة، سخني الحليب مع عصير البرتقال.

Dans une casserole, faire chauffer le lait avec le jus d'orange.



داخل وعاء، ضعي صفار البيض واخفقي بالخلاط الكهربائي ثم أضيفي الفرينة واصلتي الخفق.

Dans un saladier, mettre les jaunes et le sucre et fouetter avec un batteur électrique, puis ajouter la farine et continuer à battre.



ضعي فطائر الكراب داخل صينية الفرن، إطلي كريمة السوفلي المحضرة على نصف فطيرة الكراب و اطوي الفطيرة. أدخلها الصينية فرن درجة حرارته 200° لمدة 10 دقائق عند إخراج الصينية من الفرن ذري السكر الناعم من فوق.

Mettez les crêpes dans un plat allant au four, étaler le soufflé préparé sur la moitié de la crêpe et plier en deux et enfourner à 200° pendant 10 minutes à la sortie du four saupoudrer de sucre glace.



فسي وعاء، أخفقي بياض البيض حتى يتحول إلى مورينغ مع قرفة ملح وملعقة سكر ناعم. أضيفي مورينغ بياض البيض إلى الخليط المحضر.

Dans un bol, battre les blancs d'œuf en neige avec une pincée de sel et une cuillère à soupe de sucre. Incorporer les blancs en neige au mélange préparé.



أكملي الخفق بالخلاط الكهربائي و أفرغي الخليط داخل كسرولة، حركي حتى تحصل على كريمة كثيفة. إنزعي الكسرولة من النار و أضيفي الزبدة و عصير البرتقال.

Continuer de battre avec un batteur électrique et verser le mélange dans une casserole, remuer jusqu'à l'obtention d'une crème épaisse. Retirer du feu et ajouter le beurre et le jus d'orange.



## Atayef assafiri libanais

### La pâte :

- 200 g de farine
- 40 cl de lait
- 15 g de levure de boulanger
- ½ sachet de levure chimique
- 2 cuillères à soupe de sucre
- la echta (la crème pour 20 atayefs)
- 125 g de fromage blanc régime (ou mascarpone)
- 5 cl de crème fraîche
- 10 cl de lait

- 1 cuillère à café de semoule fine
- 1 cuillère à soupe de sirop d'eau de fleur d'oranger

### Décoration :

- 20 g de pistaches concassées
- 20 g de fستق مكسر
- شربات (قطر) :
- 1 tasse de sucre
- 1 tasse d'eau
- 2 cuillères à soupe d'eau de fleur d'oranger

• 2 à 3 www.cuisine4arabe.com

## أطاييف السفيري اللبنانية

### العجينة :

- 10 سل حليب
- 200 غ فرينة
- 40 سل حليب
- 15 غ خميرة الخبز
- ½ كيس خميرة كيميائية
- 2 ملاعق كبيرة سكر
- الفستقطة (كريمة لـ 20 أطاييف)
- 125 غ جين حمية أبيض (أو ماسكرون)
- 5 سل كريمة طازجة
- 1 ملعقة صغيرة سميد رطب
- 1 ملعقة كبيرة شراب ماء الزهر
- التزيين :
- 20 غ فستق مكسر
- 1 كأس سكر
- 1 كأس ماء
- 2 ملاعق كبيرة ماء الزهر
- 2 إلى 3 عصا



حضري الكريمة : داخل كسرولة، سخني الحليب ثم سخني الحليب ثم أضيفي الكريمة الطازجة.

Préparer la crème : dans une casserole, faire chauffer le lait puis ajouter la crème fraîche.



داخل وعاء، ضعي الفرينة و الخميرة الكيميائية و السكر. أضيفي الحليب الممزوج مع الحليب المخمر. أخلطي جيدا و اتركي العجينة ترتاح لمدة 1 ساعة.

Dans un bol, mettre la farine, la levure chimique et le sucre. Ajouter le lait mélangé avec le levain. Bien mélanger laisser reposer 1 heure



حضري العجينة : داخل وعاء، ضعي خميرة الخبز و الحليب و اتركيه ليخمر.

Préparer la pâte : dans un bol mettre la levure de boulanger et le lait et laisser lever.



خذّي الفطائر و اطويها على شكل قمعاع و أصقيها جيدا عند الأطراف.

Prendre les galettes et les plier en forme de cornets et bien pincer pour coller les extrémités.



داخل مقلاة صغيرة، أفرغي غراف من العجينة و اطهيها على جهة واحدة. لا تضيء الفطائر كطبقات لأنها ستلتصق.

Dans une petite poêle, verser une louche de pâte et cuire sur un côté. Ne pas placer les galettes sur les autres sinon elles vont coller.



أضيفي السميد، و حركي حتى تحصل على كريمة كثيفة. غطي الكريمة و اتركيها تبرد في مكان بارد.

Ajouter la semoule, remuer jusqu'à l'obtention d'une crème épaisse. Couvrir et laisser refroidir au frais.



إملئي القمعاع بملعقة صغيرة من هذه الكريمة الفستقية. ومدّي القمعاع المحشية في الفستق المرحي خشن. قدمي القمعاع و اسقيها بالقطر (شربات).

Remplir les crêpes en cornet avec une cuillère à café de cette crème. Plonger les cornets farcis dans les pistaches concassées. Servir et arroser de sirop (ATER).



أضيفي السكر المغريل و واصلي الخفق. حتى تحصل على كريمة (قشدة) خفيفة.

Ajouter le sucre glace tamisé et continuer à battre. Jusqu'à l'obtention d'une crème légère.



ضعي الكريمة المحضرة في وعاء و أضيفي الماسكرون. أخفقي بالخلاط الكهربائي.

Mette la crème préparée dans un bol et ajouter le mascarpone. Fouetter avec un batteur électrique.



# Mikado de crêpe [www.cuisine4arabe.com](http://www.cuisine4arabe.com) ميكادو فطائر الكراب crème au chocolat بكريمة الشكولاتة

• 10 crêpes à la vanille (p. 03)

**Crème au chocolat :**

• 20 cl de crème fraîche

• 1 cuillère à soupe de miel

• 2 cuillères à soupe de beurre

• 100 g de chocolat noir

**Décoration :**

• Sucre glace

• 1 ملعقة كبيرة عسل

• 100 غ شكولاتة سوداء

التزيين :

• سكر ناعم

• 10 فطائر الكراب

بالبانيليا (ص 03)

كريمة الشكولاتة :

• 20 سل كريمة طازجة

• 2 ملاعق كبيرة زبدة



ضعي الشكولاتة المذوب داخل الكسرولة واخلطي. أتركي الخليط يبرد.

Verser le chocolat fondu dans la casserole et mélanger et laisser refroidir.



ذوسي الزبدة، و غلي الزبدة و الكريمة الطازجة ثم أضيفي العسل.

Porte à ébullition le beurre et la crème fraîche puis ajouter le miel.



حضري كريمة الشكولاتة : داخل كسرولة، ذوبي الزبدة مع الكريمة الطازجة.

Préparer la crème au chocolat : dans une casserole, faire fondre le beurre avec la crème fraîche.



أسطي الكراب المقطعة طوليا في صينية الفرن و ادخليها الفرن لمدة 1 دقيقة. أتركها تيبس في الهواء.

Dérouler et étaler les lanières sur une plaque allant au four et les cuire 1 minute. Laisser durcir à l'air.



قطعي الكراب إلى دوائر بعرض 1 سم.

Découper les crêpes en rouleaux de 1 cm de largeur.



لفسي فطائر الكراب المطهية جيدا حتى النهاية.

Rouler les crêpes cuites très serrées sur elles mêmes.



## Tartelettes de crêpes aux ananas

## فطائر الكراب الصغير بالأناس

- 6 crêpes (p. 03)
- 4 boîtes d'ananas au sirop
- 2 œufs
- 2 cuillères à soupe de sucre
- Pépites de chocolat
- 1 sachet sucre vanille ou extrait de vanille
- 20 cl crème fraîche
- Moules à tartelettes

- 6 كراب (ص 03)
- 4 علب أناس بالشراب
- 2 بيض
- 2 ملاعق كبيرة سكر
- 1 كبس سكر فانيليا
- أو عطر الفانيليا
- حبيبات الشكولاتة
- 20 سل كريمة طازجة
- قوالب الفطائر الصغيرة



أضيفي الكريمة الطازجة و عطر الفانيليا. أخفقي باستعمال الشوكة.

Ajouter la crème fraîche et l'extrait de vanille. Fouetter avec une fourchette.



في وعاء، ضعي البيض و السكر.

Dans un bol, mettre les œufs, le sucre.



ضعي فطائر الكراب داخل قالب فطائر الكراب، و قطعي الأطراف الزائدة باستعمال المقص.

Disposer les crêpes dans les moules à tartelettes, et découper les bords qui débordent avec des ciseaux.



أفرغي غراف من الكريمة المحضرة على الفطائر و اطهبيها في فرن درجة حرارته 180° لمدة 15 دقيقة.

Verser une louche de la crème préparée sur les tartelettes et cuire au four à 180° pendant 15 minutes.



ذري حبيبات الشكولاتة على فطائر الكراب.

Parsemer les tartelettes de pépites de chocolat.



ضعي الأناس المقطعة إلى مربعات صغيرة على فطائر الكراب.

Disposer les ananas coupés en dés sur le fond des tartelettes.

# Crêpes au choco kiwi

# فطائر الكراب بالشوكو و الكيوي

- 10 crêpes (p. 03)
- 2 à 3 kiwis
- 100 g de chocolat noir aux noisettes
- Sucre glace

- 1 cuillère à soupe d'eau tiède
- Noix de coco (pour la décoration)

- 1 ملعقة كبيرة ماء دافئ
- جوز الهند للتزيين

- 10 فطائر كراب (ص 03)
- 2 إلى 3 كيوي
- 100 غ شوكولاتة سوداء بالبندق
- سكر ناعم



ضعي فطيرة الكراب داخل صحن. إطلي الشوكولاتة المذوبة على فطيرة الكراب.

Disposer la crêpe sur un plat et étaler le chocolat fondu sur la crêpe.



أضيفي ملعقة ماء دافئ و اخلطي. أتركي الشوكولاتة المذوبة تبرد.

Ajouter la cuillère d'eau tiède mélanger et laisser tiédir.



ذوبي الشوكولاتة السوداء في حمام مريم على نار هادئة.

Faire fondre le chocolat noir dans un bain marie sur feu doux.



لفي فطيرة الكراب. زيني ببعض أقراص الكيوي.

Rouler la crêpe. Décorer avec quelques rondelles de kiwis.



إطوي أطراف فطيرة الكراب.

Plier les extrémités de la crêpe.



ضعي شرائح الكيوي من فوق.

placer dessus les tranches de kiwi.

تصبيحة : أفرغي الشوكولاتة المذوبة و ذري جوز الهند من فوق. قدميها على الفور.  
Astuce : Verser le sucre glace sur la crêpe avant de servir. Servir aussitôt.

• 2 crêpes (p. 03)

• Une boîte de 397 g de lait concentré sucré

• Eau

• Sucre glace

• Amandes effilées

• ماء

• سكر ناعم

• لوز مورق

• 2 فطائر الكراب (ص 03)

• علبة حليب مركز

• محلى بوزن 397 غ



إجمعي المثلثات، لفيها دورتين و قطعها طوليا بطول حوالي 0,7 سم إلى 1 سم. احتفظي بها.

empiler les triangles, les rouler sur deux et couper en lanières de 0,7 cm à 1 cm environ. Réserver.



ضعي فطيرتين من الكراب واحدة فوق الأخرى. باستعمال المقص، قطعي المثلثات الأربعة للتحصلي على شكل (+). هذا مغلف نامس.

superposer deux crêpes, l'une sur l'autre. A l'aide des ciseaux les quatre triangles pour obtenir une crêpe en forme (+). C'est l'enveloppe de nem.



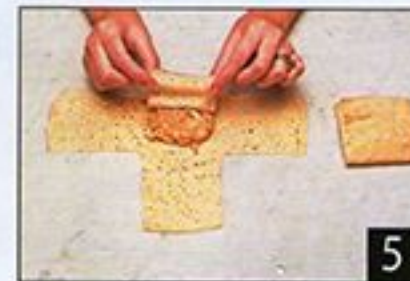
داخل مقلاة، حمري اللوز المورق.

dans une poêle, faire griller les amandes effilées.



ضعي بعدها الجزئين المتقابلين و لفي من الوسط نحو الجهة المعاكسة. ذري السكر الناعم من فوق. زيني باللوز المورق المحمر. قدميها دافئة على الفور.

Rabattre ensuite les deux parties latérales, et rouler du milieu vers le sens opposé. Saupoudrer de sucre glace. Parsemer d'amandes effilées grillées. Servir aussitôt tiède.



ضعي نصف كمية الحشو وسط الشكل (+) ثم غطيه و ضعي فوقه الجزء من الفطيرة الأقرب إليك. نصيحة : يمكنك استعمال شكولاتة نوتبلا أو مربى الفواكه قطع ... الخ.

Déposer la moitié de la farce au centre de (+) puis rabattre la partie la plus proche de soi en la ramenant sur la farce. Astuce : On peut varier les goûts avec Nutella, confitures et des fruits en morceaux ... etc.



ضعي علبة الحليب المركز داخل كسرولة الماء، اتركها تغلي و اتركي الحليب ليظهر مدة 1 ساعة. اتركي الحليب يبرد. داخل مقلاة ذوبي ملعقتين من مربى الحليب ثم أضيفي مستطيلات فطائر الكراب. أخلطي و اتركها على النار.

Mettre le pot de lait concentré dans une casserole d'eau, porter à ébullition et laisser cuire 1 heure. Laisser refroidir. Dans une poêle faire fondre 2 cuillères à soupe de la confiture de lait puis ajouter les lanières des crêpes coupées. Mélanger et laisser chauffer.

# Crêpes exotique bananes caramélisées

## فطائر الكراب الإستوائية بالموز المكرمل

• 2 crêpes (p. 03)

• 1 c à s de noix de coco

**Bananes caramélisées :**

• 2 bananes

• 3 cuillères à soupe de  
sucre roux en poudre

• 30 g de beurre

**Ganache au Nutella :**

• 50 g de chocolat noir

• 10 cl de crème fraîche

• 100 g de Nutella

• 3 ملاعق كبيرة سكر  
بني

• 50 غ شوكولاتة سوداء

• 10 سل كريمه طازجة

• 100 غ نوتيللا

• 2 فطائر كراب (ص 03)

• 1 ملعقة كبيرة

جوز الهند

• موز مكرمل :

• 30 غ زبدة

• 2 موز



3  
ضعي ملعقة كبيرة من كريمه الفاناش  
المحضرة على فطيرة الكراب.

Verser une cuillère à soupe de la crème  
ganache préparée sur la crêpe.



2  
داخل مقلاة، ذوبي الزبدة و قلي فيها الموز  
المقطع إلى دوائر أو كاملة ثم أضيفي  
السكر البني. أتركه حتى يصبح كراميل.

Dans une poêle, faire fondre le beurre,  
y faire revenir les bananes coupées en  
rondelles ou entières puis ajouter le sucre  
roux. Laisser caraméliser légèrement.



1  
حضري كريمه الفاناش : ذوبي الشوكولاتة  
مع الكريمه الطازجة و نوتيللا في حمام  
مريم.

Préparer la crème ganache : dans un bain  
marie, faire fondre le chocolat avec la  
crème fraîche et le nutella.



6  
في الأخير، ذري ملعقة كبيرة من جوز الهند  
المرحي فوق فطيرة الكراب. قدمي الفطيرة  
بالموز على الفور.

A la fin saupoudrer la crêpe d'une cuillère  
à soupe de noix de coco. Servir aussitôt.



5  
أطوي أطراف الكراب و افرغسي الفاناش  
بالتوتيللا الساخن من فوق.

Replier la crêpe et verser dessus la  
ganache au Nutella chaude.



4  
ضعي حبة الموز المكرمل فوق فطيرة  
الكراب بالشوكولاتة.

Disposer la banane caramélisée sur la  
crêpe au chocolat.



## Aumônière de crêpes aux poires et caramel

- 2 crêpes (p. 03)
- 3 poires mûres
- Caramel ou sirop d'érable
- Noix de coco
- Beurre
- Sucre roux
- Ruban
- Etoile d'anis

- زبدة
- سكر بني
- خيط
- ينسون النجمي
- 2 فطيرة كراب (ص 03)
- 3 إجااص ناضج
- كراميل أو شربات القيقب
- جوز الهند



ضعي ملعقتين كبيرتين من عصيدة الإجااص في وسط فطيرة الكراب.

Mettre deux cuillères à soupe de compote de poires au milieu de la crêpe.



أضيفي السكر البني و اتركي الإجااص يتحمر بضع دقائق و احتفظي به ساخنا.

Saupoudrer de sucre roux, laisser revenir quelques minutes et réserver au chaud.



حضري عصيدة الإجااص : داخل مقلاة، ذوبي الزبدة و قلي الإجااص المقطع إلى مربعات صغيرة.

Préparation de la compote de poire : dans une poêle, faire fondre le beurre et y faire revenir les poires coupées en dés.



لفي الرزمة بخيط التزيين و صبي فوقها الكراميل أو شربات القيقب.

Nouer l'aumônière avec un ruban décoratif, et napper avec le caramel ou le sirop d'érable.



إرفعي أطراف فطيرة الكراب نحو الوسط.

Rabattre les extrémités de la crêpe vers le centre.

ذري جوز الهند و زيني بالينسون النجمي. قدمي رزم فطائر الكراب ساخنة.  
Saupoudrez avec la noix de coco et décorez avec l'étoile d'anis. Servir tiède.





## Crêpe façon foret noire

## فطائر الكراب على شكل الغابة السوداء

- 10 crêpes (p. 03)
- 100 g de chocolat
- Quelques cerises entières
- 250 g de cerises dénoyautées
- 2 à 3 cuillères à soupe de sucre en poudre
- 3 cuillères à soupe d'eau
- ¼ de cuillère à café de cannelle
- Glaçage :
  - 20 cl de crème fraîche épaisse
  - 3 cuillères à soupe de sucre
  - ½ paquet de chantilly en poudre
  - 1 cuillère à café de vanille (arôme)
- ¼ ملعقة صغيرة قرفة
- الطلاء :
- 20 سل كريمة طازجة كثيفة
- 3 ملاعق كبيرة سكر
- ½ كيس مسحوق الشانتيبي
- 1 ملعقة صغيرة عطر الفانيليا
- 10 فطائر كراب (ص 03)
- 100 غ شكولاتة
- بعض حبات الكرز
- حشوا الكرز :
- 250 غ كرز منزوع النواة
- 2 إلى 3 ملاعق كبيرة سكر ناعم
- 3 ملاعق كبيرة ماء



أطلي فطيرة الكراب بملعقة كبيرة من الطلاء المحضر و ضعي حبات الكرز المطهية في الوسط. أطوي فطيرة الكراب على إثنين.

Etaler une cuillère à soupe du glaçage sur la crêpe puis disposer au milieu les cerises cuites. Plier la crêpe en deux.



داخل وعاء بارد، أخفقي الكريمة الطازجة بالخلاط الكهربائي، أضيفي السكر الناعم واصلي الخفق. في الأخير أضيفي الشانتيبي المخفوقة.

Dans un bol froid, fouetter la crème fraîche froide avec un batteur électrique, ajouter le sucre glace et continuer à battre. A la fin ajouter la crème chantilly montée.



داخل كسرولة، ضعي الكرز منزوع النواة، أضيفي السكر الناعم و القرفة و 3 ملاعق ماء. أتركها تطهو حوالي 7 دقائق. قطري الكرز و أضيفي كريمة الشانتيبي المخفوقة.

Dans une casserole, mettre les cerises dénoyautées, ajouter le sucre glace, la cannelle et les 3 cuillères d'eau. Laisser cuire 7 minutes environ. Egoutter et laisser refroidir.



ذري الشكولاتة المبشور من فوق و زيني بحبات الكرز. ضعي الطبق في الثلاجة قبل التقديم.

Saupoudrer avec du chocolat noir râpé et décorer avec quelques cerises. Garder au frais avant de servir.



ضعي الفطائر الملفوفة داخل طبق و غطيها بالكريمة.

Déposer les crêpes roulées dans un plat puis les couvrir avec la crème.



عندما تطوي فطيرة الكراب، لفيها حتى الطرف الأخير. قطعي الأطراف.

Une fois la crêpe pliée, la rouler sur elle-même jusqu'au bout. Couper les extrémités.

www.cuisine4arabe.com



www.cuisine4arabe.com

www.cuisine4arabe.com



# Samira<sup>tv</sup>

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

Satellite: NILESAT

Fréquence: 12418 H 27500

www.cuisine4arabe.com

