

تحت إشراف  
ساميرة TV

# فريوش

زين و  
همة

صليحة بسكري

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

  
Samira™

  
Edition  
La Plume

دوار الشمس  
Tournesol



2

فريوش الغرب  
Gryweche de l'ouest



4

الشماكية  
El Chebakia



6

الحبيبات  
Henifyates



8

القفسى الصدرى  
El qafas el sadri



10

12

فريوش المادلين  
Gryweche madeleine



14

الوردة المورقة  
La rose feuilletée



16

فريوش الوردية  
Gryweche La rose



# زينة و هامة

Zine wa  
Hema



Copyright © EDITION LA PLUME

31, Rue Suzanne Halimi - Karthoum - Alger - Algérie

Tel: 00 213 21 21 11 61 - 00 213 21 20 33 98

Mobile: 00 213 554 288 388

Site web: [www.editionlaplume.com](http://www.editionlaplume.com)

Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction par tous procédés, réservés pour tous pays.  
Aucun des éléments contenus dans ce livre ne peut être reproduit à des fins commerciales sans l'autorisation de l'éditeur.



المروحة  
L'hélice

18



قربوش ماني  
Gryweche Mari

20



الفراشة  
Le papillon

22



الطغيرة المورقة  
La tresse feuilletée

24



قربوش الصامصة  
Gryweche el samsa

26



مقرمشات الشاي  
Croutes de thé

28



العسيلة  
Miel

30

# زوين و هامة

Zine wa  
Hema

## Tournesol



4  
أطلي الزهرة الكبيرة بياض البيض ثم الصفي فوقها زهرة كبيرة أخرى مع مخالفة موضع البتلات. أطلي الزهرة الثابتة بياض البيض و الصفي عليها الزهرة المتوسطة.

Badigeonner la grande fleur de blanc d'œuf puis coller dessus une autre grande fleur en alternant les pétales. Badigeonner la deuxième fleur de blanc d'œuf et poser dessus la fleur moyenne.



5  
في الأخير أكملني بالصفاق الزهرة الصغيرة بعد طليها بياض البيض و ثني الأزهار الأربعة بوضع حبة لوز في الوسط. أقليها في الزيت الساخن.

A la fin, finir en collant la petite fleur en la badigeonnant de blanc d'œuf et maintenir les fleurs avec une amande. Faire frire dans l'huile chaude.



6  
عندما يكتسب فريوش دوار الشمس لونا ذهبيا أزغيه من المقلاة و انركيه يبرد ثم أصفيه بالعسل. Une fois le gryweche tournesol doré, retirer de la poêle, laisser refroidir puis l'arroser de miel.

## دوار الشمس



1  
حضري العجينة : داخل جفة، ضعي الفرينة و خميرة الخبز و الخميرة الكيميائية و السكر و الملح و الفانيليا. أخلطي جيدا.

Préparer la pâte : dans une terrine, mettre la farine, la levure boulangère, la levure chimique, le sucre, le sel et la vanille. Bien mélanger.



2  
أصفي السمن الذائب و حبة البيض ثم أجمعي العجينة بالماء الممزوج مع ماء الزهر.

Ajouter le smen fondu, l'œuf puis ramasser la pâte avec l'eau mélangé avec l'eau de rose.



3  
أسطي العجينة بالحلال رشيها بالمايزينة ثم مرريها في آلة فتح العجينة في الأرقام 1 و 2 ثم قطعيها إلى أزهار بثلاث أحجام مختلفة.

Abaisser la pâte sur une planche saupoudrée de maizena, puis la faire passer dans le laminoir aux numéros 1 et 2 puis la découper en fleurs de différentes dimensions.

## المقادير

- 1 كغ فرينة
- 250 غ سمن ذائب
- 2 بيض
- ملعقة كبيرة خميرة الخبز
- ملعقة كبيرة سكر
- كيس خميرة كيميائية
- فرصة ملح
- فرصة فانيليا
- ماء + ماء الزهر
- حبات لوز
- مايزينة
- عسل

## INGRÉDIENTS

- 1 kg de farine
- 250 g de smen fondu
- 2 œufs
- 1 cuillère à soupe de levure boulangère
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 1 paquet de levure chimique
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de vanille
- Eau+ eau de fleur
- Amandes
- Maizena
- Miel

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout

ALGER : 2014



## المقادير

- 1 كغ فريشة
- 250 غ مارغرين ذائبة
- 1 بيض
- ملعقة كبيرة خل
- كيس خميرة كيميائية
- فرصة ملح
- فرصة فانيليا
- ماء + ماء الزهر
- مايزينة
- عسل

## INGRÉDIENTS

- 1 kg de farine
- 250 g de margarine fondue
- 1 œuf
- 1 cuillère à soupe de vinaigre
- 1 paquet de levure chimique
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de vanille
- Eau + eau de rose
- Maizena
- Miel

## Gryweche de l'oeust



أجلبني الفتحتين السفليتين إلى الأعلى لتحصلني على الشكل المبين في الصورة.

Ramener les deux incisions vers le haut afin d'obtenir la forme obtenue sur la photo.



أقلي الغريوش في الزيت الساخن حتى يكتسب لونا ذهبيا.

Frir le gryweche dans l'huile chaude jusqu'à dorure.



عندما يبرد الغريوش اسقيه بالعسل و زينه بالجلجلان.

Une fois le gryweche refroidi, l'arroser de miel et décorer avec des grains de sésame.

## قريوش الغرب



حضري العجينة : داخل جفنة، ضعي الفريشة و الخميرة الكيميائية و الملح و الفانيليا. أضيفي المارغرين و الخل و البيض. أجمعي العجينة بالماء الممزوج مع ماء الزهر.

Préparer la pâte: dans une terrine, mettre la farine, la levure chimique, le sel et la vanille. Ajouter la margarine, le vinaigre et l'œuf. Ramasser la pâte avec l'eau mélangé à l'eau de rose



على طاولة عمل مرشوشة بالمايزينة، أبسطي العجينة بالحلال ثم مرريها في آلة فتح العجينة في الأرقام 1 و 4 ثم قطعيها إلى مستطيلات.

Sur une planche saupoudrée de maizena, abaisser la pâte avec un rouleau puis la passer dans le laminoir aux numéros 1 et 4. Couper en rectangles.



باستعمال الحرارة شكلي 4 فتحات في المستطيل، بأصدي بين الفتحات و وازي بينهم بفتحتين من فوق و فتحتين في الأسفل.

A l'aide d'une roulette, façonner 4 incisions sur le rectangle. Ecarter les incisions en plaçant deux en haut et deux en bas.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout

ALGER : 2014



## El Chebakia



باستعمال الجرارة شكلي 4 فتحات في المستطيل. باعدي بين الفتحات وازي بينهم بفتحتين من فوق و فتحتين في الأسفل  
A l'aide d'une roulette, façonner 4 incisions. Ecarter les incisions et placer deux en haut et deux en bas.



أجلبني الفتحتين السفليتين إلى الأعلى لتحصلي على الشكل المبين في الصورة.  
Ramener les incisions du bas vers le haut afin d'avoir la forme comme sur la photo.



أقلي الفريوش في الزيت الساخن حتى يكتسب لونا ذهبيا. ثم اسقيه بالعسل مباشرة بعد نزعه من المقلاة. زينه بالجلجلان.  
Frire gryweche dans l'huile chaude jusqu'à dorure. Arroser de miel chaud. Décorer avec des grains de sésame.

## الشباكية



حضري العجينة : داخل جفنة، ضعي الفريشة و الخميرة الكيميائية و الملح و الفانيليا. أضيفي المارجرين و أخلطي جيدا.

Préparer la pâte : dans une terrine, mettre la farine, la levure chimique, le sel et la vanille. Ajouter la margarine et bien mélanger.



ضعي صفار البيض و عطر ماء الزهر و الزعفران و القرفة و الحليب في وعاء. أخلطي جيدا ثم أجمعي العجينة بهذا الخليط. أضيفي الجلجلان في الأخير.  
Dans un bol, mettre les jaunes d'œuf, l'arome, le safran, la cannelle et le lait. Bien mélanger puis ramasser la pâte avec ce mélange. Ajouter les grains de sésame en dernier.



على طاولة عمل مرشوشة بالمايزينا، أسطي العجينة بالحلل بسكك 1 سم ثم قطعها إلى مستطيلات.  
Sur une planche saupoudrée de maizena, abaisser la pâte à 1 cm d'épaisseur puis la découper en rectangles.

## المقادير

- 1 كغ فريشة
- 200 غ مارجرين طرية
- 5 ملاعق كبيرة سكر
- ملعقة كبيرة سمن
- 2 صفار بيض
- فرصة ملح
- فرصة فانيليا
- ملعقة صغيرة قرفة
- كيس خميرة كيميائية
- جلجلان
- كأس و نصف حليب
- 2 ملاعق كبيرة عطر ماء الزهر
- ملعقة صغيرة زعفران
- مايزينا
- التزيين :
- عسل - جلجلان

## INGRÉDIENTS

- 1 kg de farine
- 200 g de margarine molle
- 5 c. à soupe de sucre
- 1 c. à soupe de smen
- 2 jaunes d'œufs
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de vanille
- 1 c. à café de cannelle
- 1 paquet de levure chimique
- Grains de sésame
- Un verre et demi de lait
- 2 c. à soupe d'arome de fleur d'oranger
- 1 c. à café de safran
- Maizena
- Décoration :
- Miel - Grains de sésame



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout

ALGER : 2014



## الحنيفيات



1 حضري العجينة : داخل جفنة، ضعي الفريزة و الحليب المجفف و الخميرة و الملح و التانيليا. أضيفي المارجرين و البيض و ماء الزهر. أجمعي العجينة بالحليب.

Préparer la pâte : dans une terrine, mettre la farine, le lait en poudre, la levure, le sel et la vanille. Ajouter la margarine, les œufs et l'eau de fleur. Ramasser la pâte avec le lait.



2 على طاولة عمل مرشوشة بالمايزينة، أسطي العجينة بالحلال ثم مرريها في آلة فتح العجينة في الأرقام و 3 و 5 و 7 ثم قطعيها إلى مستطيل.

Sur une planche saupoudrée de maizena, abaisser la pâte avec un rouleau puis la faire passer au laminage aux numéros 3, 5 et 7. Découper en rectangles.



3 رشي الكثير من المايزينة و لفي المستطيل بطول 1 متر تقريبا لتحصلي على حريوش سميك.

Saupoudrer de beaucoup de maizena, enrôler le rectangle sur 1m de longueur environ afin d'obtenir un gros boudin.

## Henifyates



4 اطلبي سحافة الحريوش بالبيض و أسقيها جيدا. قطعي الحريوش إلى معينات.

Badigeonner l'extrémité du boudin de blanc d'œuf et bien coller. Couper le boudin en losanges.



5 أسطي الحريوش بالحلال على كلتا الجهتين. Abaisser le boudin sur les deux côtés avec un rouleau.



6 أفلي الحنيفيات في الزيت الساخن حتى نكتب لونها ذهبيا. أسقيها بالعسل عندما تبرد و زينها بالفستق المرحي.

Frir les henifyat dans l'huile chaude jusqu'à dorure. Arroser de miel une fois refroidi et décorer avec des pistaches moulues.

## المقادير

- 1 كغ فريزة
- 250 غ مارجرين التوريق ذائبة
- نصف كأس حليب مجفف
- نصف كأس ماء الزهر
- 2 بيض
- ملعقة كبيرة خل
- كيس خميرة كيميائية
- قرصة ملح
- قرصة فانيليا
- الحليب
- مايزينة
- عسل
- فستق مرحي

## INGRÉDIENTS

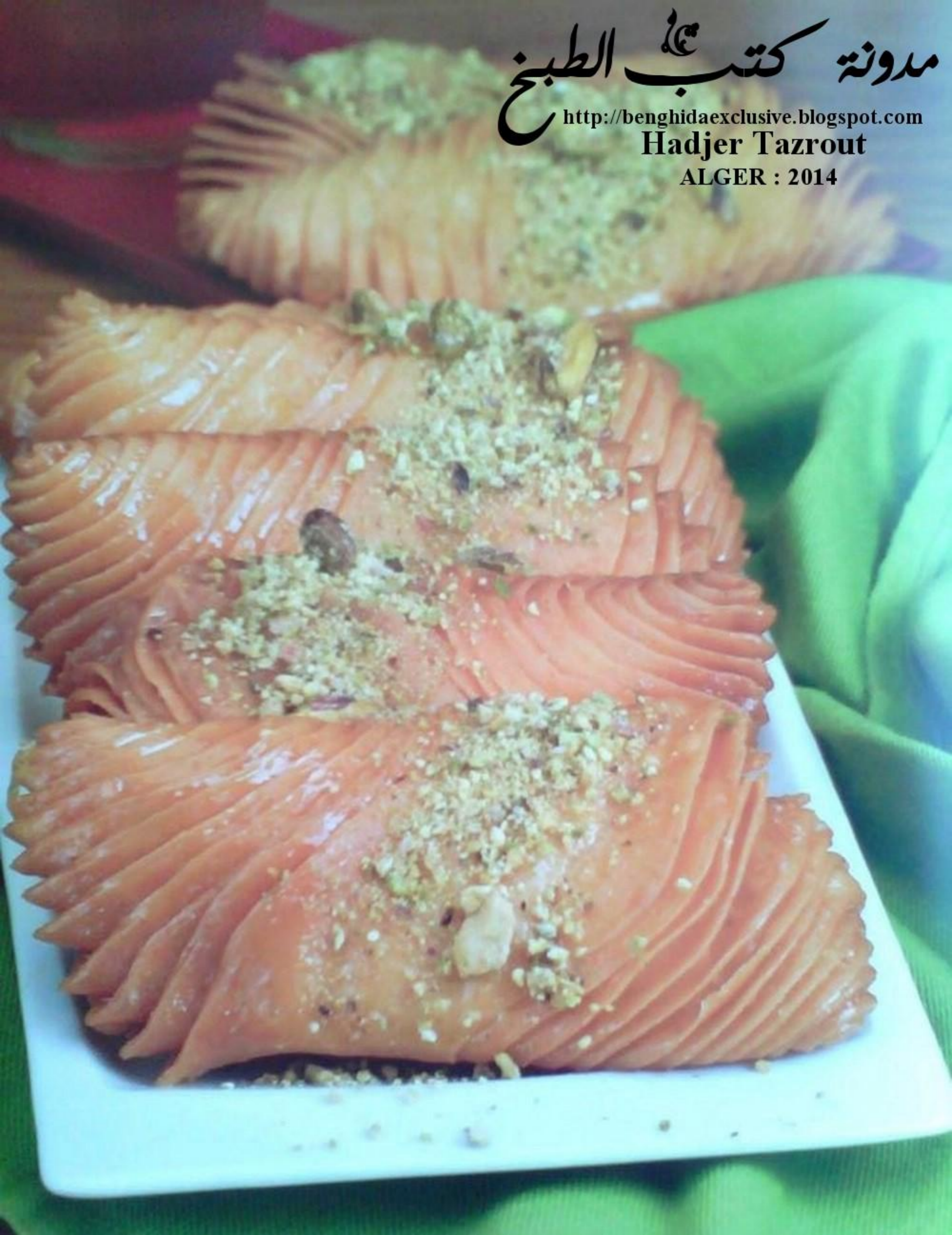
- 1 kg farine
- 250 g de margarine de feuilletage ramollie
- ½ verre de lait en poudre
- ½ verre d'eau de fleur
- 2 œufs
- 1 paquet de levure chimique
- 1 c. à soupe de vinaigre
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de vanille
- Lait
- Maizena
- Miel
- Pistaches moulues

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout

ALGER : 2014



## المقادير

- 4 كئبلات فرينة
- كئبلة مارغرين الثوريق  
ذائبة
- فرصة ملح
- فرصة فانيليا
- كيس خصيرة كيميائية
- ماء + ماء الزهر
- مايينة
- عسل

## INGRÉDIENTS

- 4 mesures de farine
- 1 mesure de margarine de feuilletage fondue
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de vanille
- 1 paquet de levure chimique
- Eau + eau de rose
- Maizena
- Miel

## El qafas el sadri



باعدى بين الفتحتين في الوسط و اخرجي الجانب الأيمن إلى الوسط.

Ecarter les incisions au milieu et ramener le côté droit vers le milieu.



ستحصلي على شكل ظفيرة. أقلي القريوش في الزيت الساخن حتى يكتسب لونا ذهبيا.

Une fois la tresse obtenue, frire gryweche dans l'huile chaude jusqu'à dorure.



عندما يبرد القريوش اسقيه بالعسل و زيتيه بالجلجلان.

Une fois gryweche refroidi, l'arroser de miel et décorer avec des grains de sésame.

## القفص الصدري



حضري العجينة : داخل جفة، ضعي الفرينة و الخميرة الكيميائية و الملح و الفانيليا. أضيفي المارغرين و أخلطي. أجمعي العجينة بالماء الممزوج مع ماء الزهر.

Préparer la pâte : dans une terrine, mettre la farine, la levure chimique, le sel et la vanille. Ajouter la margarine et mélangé. Ramasser la pâte avec l'eau de rose mélanger à l'eau.



على طاولة عمل مرشوشة بالمايينة، أسطي العجينة بالجلجلان ثم مرريها في آلة فتح العجينة في الأرقام 1 و 3 و 5 و 6 ثم قطعيها إلى مستطيلات. Sur une planche saupoudrée de maizena, abaisser la pâte avec un rouleau puis la passer au laminoir aux numéros 1, 3, 5 et 6. Couper en rectangles.



باستعمال الجراة شكلي 20 فتحة في المستطيل. اثني المستطيل على 2 ثم على 4 ثم على 6 مع طليه في كل مرة بياض البيض.

A l'aide d'une roulette, former 20 incisions dans le rectangle. Plier le rectangle sur 2 puis sur 4 et enfin sur 6. Badigeonner tous les plis de blanc d'oeuf.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

**Hadjer Tazrout**

**ALGER : 2014**



## Gryweche madeleine

## قريوش المادلين



أطلي حافة الورود بياض البيض ثم ضعها في القالب المغطى بالعجينة.

Badigeonner l'extrémité des roses de blanc d'œuf puis les disposer dans le moule couvert de pâte.



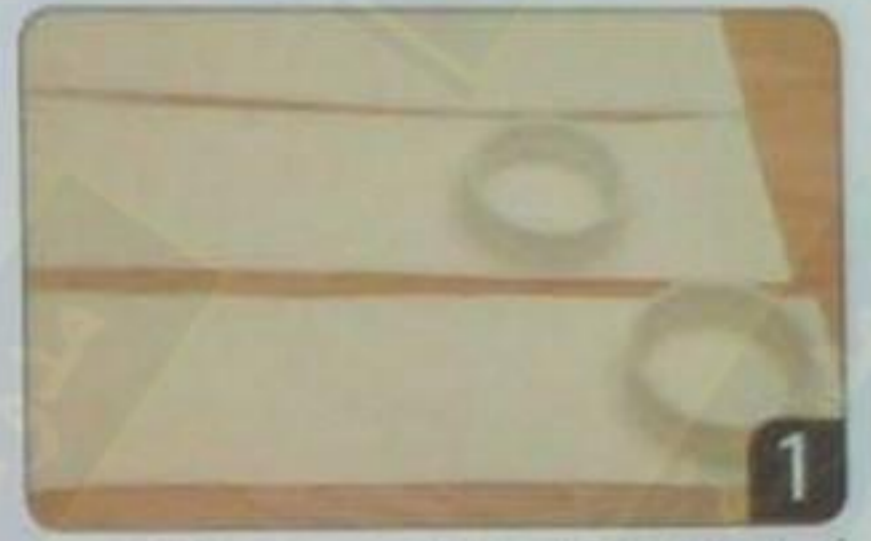
أقلي القريوش في زيت ساخن على نار هادئة. أرمي الزيت على القريوش حتى يتفصل عن القالب.

Frir gryweche dans l'huile chaude sur feu doux. Arroser le gryweche d'huile jusqu'à ce qu'il décolle du moule.



عندما يبرد القريوش اسقيه بالعسل وزينه بالفستق المرحي.

Une fois le gryweche refroidi, l'arroser de miel et décorer avec des pistaches moulues.



أسطي العجينة بالحلال ثم مرريها في آلة العجين في الأرقام 1 و 3 و 5 و 6 قطعي المستطيلات بقالب دائري رقم 9 و قطعي خمس دوائر بقالب دائري صغير.

Abaisser la pâte avec un rouleau puis la passer au laminoir aux numéros 1, 3, 5 et 6. Couper les rectangles avec un moule rond n°9. Couper 5 ronds avec un petit moule rond.



ضعي الدائرة الكبيرة في قالب المادلين، شكلي ورودا من الدوائر الخمس الصغيرة.

Mettre le grand disque dans le moule à madeleine, façonner des roses avec les cinq petits disques.

## المقادير

- 4 كبلات فريشة
- كبله مارغرين التوريق ذائبة
- فرصه ملح
- فرصه فانيليا
- كيس خبيرة كيميائية
- ماء + ماء الزهر
- مايزينة
- عسل
- فستق

## INGRÉDIENTS

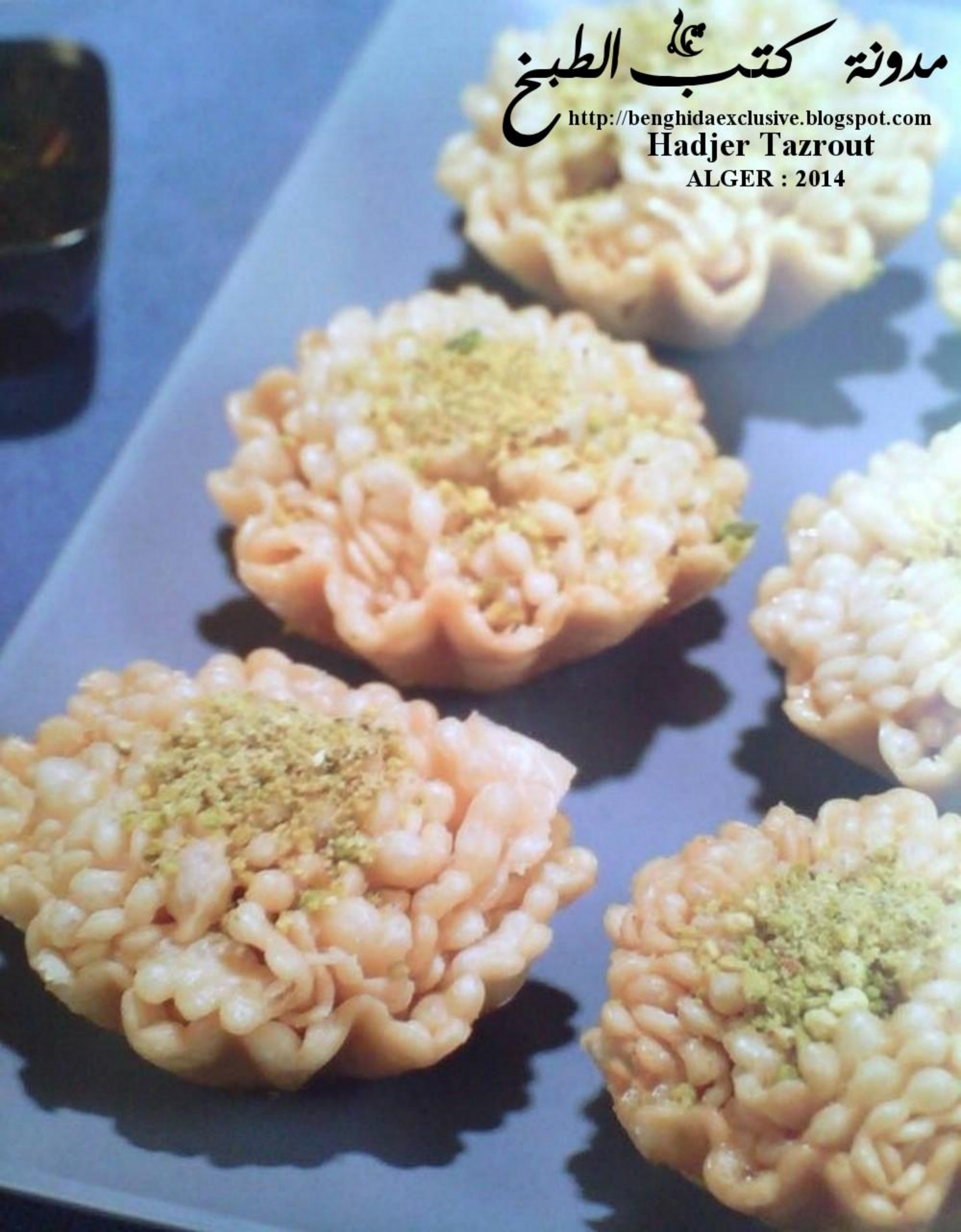
- 4 mesures de farine
- 1 mesure de margarine de feuilletage fondue
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de vanille
- 1 paquet de levure chimique
- Eau + eau de rose
- Maizena
- Miel
- Pistaches

# مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout

ALGER : 2014



## قريوش الوردية

## Gryeweche la Rose

## المقادير

- 1 كغ فرينة
- 250 غ مارجرين ذائبة
- 1 بيض
- ملعقة كبيرة خل
- كيس خميرة كيميائية
- قرصة ملح
- قرصة فانيليا
- ماء + ماء الزهر
- ماييزينة
- عسل
- فستق

## INGRÉDIENTS

- 1 kg de farine
- 250 g de margarine fondue
- 1 œuf
- 1 cuillère à soupe de vinaigre
- 1 paquet de levure chimique
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de vanille
- Eau + eau de rose
- Maizena
- Miel
- Pistaches



لفي القريوش كما هو مبين في الصورة لتحصلي على شكل وردة. أغلقي الوردة و أظليها بياض البيض  
Enrouler gryweche comme sur la photo afin d'obtenir la forme d'une rose. Fermer la rose et la badigeonner de blanc d'œuf.



اغلقي علة الطماطم المفتوحة من الجانبين بورق الألمنيوم و وضعيها في الزيت الساخن. و ضعي داخلها القريوش  
Couvrir la boîte de conserve, ouverte des deux côtés, de papier aluminium et mettre dans l'huile chaude. Mettre la fleur de gryweche à frire dans la boîte huilée.



مسي الزيت في علة الطماطم حتى يغطي القريوش كلياً بالزيت. ثم أنزعي العلة و أقليه حتى يكتسب لونا ذهبيا. عندما يبرد القريوش أسقيه بالعسل و زينيه بالفستق.  
Verser l'huile dans la boîte à conserve et couvrir le gryweche d'huile. Retirer la boîte et continuer à frire le gryweche jusqu'à dorure. Une fois gryweche refroidi, l'arroser de miel et décorer avec des pistaches.



أسطي العجينة بالحلال ثم مرريها في آلة العجن في الأرقام 1 و 3 و 5 و 6 و قطعيها إلى شرائط طويلة.

Abaisser la pâte avec un rouleau, la passer au laminoir aux numéros 1, 3, 5 et 6 puis la découper en longues bandelettes.



قطعي الشرائط إلى مستطيلات طويلة و شكلي 6 أو 7 خطوط (فتحات) بالحرارة.

Couper les bandelettes en longs rectangles et façonner 6 ou 7 lignes (incisions) avec une roulette.



أظلي أطراف المستطيل بياض البيض ثم أنيه على اثنين ثم على أربعة ثم على ستة.

Badigeonner les extrémités du rectangle avec du blanc d'œuf puis le plier sur deux puis sur 4 et sur six.



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout

ALGER : 2014



## L'hélice

## المروحة

## المقادير

عجينة الفيلو :

• 4 كيلات فرينة

• كمية مارغرين التوريق

ذاتية

• ملح

• فانيليا

• ماء

• ماييزينة

• عسل

• فستق مرحي

## INGRÉDIENTS

## Pâte à filou :

• 4 mesures de farine

• 1 mesure de margarine  
de feuilletage fondue

• Sel

• Vanille

• Eau

• Maizena

• Miel

• Pistaches moulues



4  
قطع عجينة الفيلو إلى مربعات، باستعمال  
الجرارة، قطعي الزوايا الأربعة للمربع من  
الأسفل نحو الوسط.

Couper la pâte filou en carrés. A l'aide  
d'une roulette, couper les 4 angles des  
carrés en allant du bas vers le milieu.



5  
أطلي المربع ببيض البيض التي جهة من الزوايا  
الأربعة بجلبها نحو الوسط لتحصلي على شكل  
المروحة.

Badigeonner les carrés de blanc d'œuf.  
Plier un côté des angles en la rabattant  
vers le milieu pour obtenir la forme  
d'une hélice.



6  
أقلي المروحات في الزيت الساخن حتى تكتسب  
لونا ذهبيا. أسقي الفريوش بالعسل وزينه بالفيلو  
من الفستق.

Frir les hélices dans l'huile chaude  
jusqu'à dorure. Arroser le gryweche de  
miel et décorer avec du pistache.

ملاحظة : رشي ووقت عجينة الفيلو في كل مرة بالكثير من الماييزينة لتحصلي على عجة موزقة.  
Note : Saupoudrer abondamment les feuilles de la pâte à filou de maizena à chaque fois afin  
d'obtenir une pâte bien feuilletée.



1  
داخل الجفة، ضعي الفرينة و الملح و الفانيليا  
ثم أضيفي المارغرين الذاتية و اختطفي. أجمعي  
العجينة بالماء.

Dans une terrine, mettre la farine, le sel,  
la vanille puis ajouter la margarine  
fondue et mélanger. Ramasser la pâte  
avec l'eau.



2  
شكلي 5 مستطيلات رشيها بالكثير من الماييزينة  
و أجمعيها ثم أسطفيها بالحلال ثم مرريها في آلة  
العجن في الأرقام 1 و 3 و 5.

Couper 5 rectangles, les saupoudrer  
abondamment de maizena et  
rassembler puis les abaisser avec un  
rouleau puis les faire passer au  
laminoin aux numéros 1, 3 et 5.



3  
أسطفي العجينة مرة أخرى بالحلال حتى تصبح  
رقيقة و مرريها في آلة العجن في الرقم 1.

Abaisser la pâte une deuxième fois avec  
le rouleau jusqu'à l'obtention d'une pâte  
fine et la passer au laminoin au n° 1.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout

ALGER : 2014



## Gryweche Mani

## قريوش ماني

## المقادير

## عجينة الفيلو :

- 4 كيلات فريشة
- كيلة مارغرين الثوريق
- ذابنة
- ملح
- فانيليا
- ماء
- صابونة
- غسل
- فستق مرحي



مرري عجينة الفيلو في آلة العجين من جهة تقطيع الرشة. لتحصلي على خيوط من العجينة.  
Passer la pâte à filou au laminoir dans le côté spaghetti afin d'obtenir des fils de pâte.



تسمي العجينة إلى ثلاث أعمدة من الخيوط ورشيها بالصابونة و أطرفيها. يمكنك ترك الفطائر على حالها أو لفها لتحصلي على الشكل المبين في الصورة.

Diviser la pâte en trois bâtonnets en fils et saupoudrer de maizena puis tresser.  
Laisser les tresses dans leur état initial ou les enrouler comme sur la photo



بعد طليها بياض البيض، أقلي الفطائر والأقراص على نار هادئة حتى تكتسب لونا ذهبيا ثم أسقيها بالعسل وزيتها بالفستق.

Après avoir badigeonné d'œuf, frire les tresses et les disques sur feu doux jusqu'à dorure puis arroser de miel et décorer avec du pistache.

ملاحظة: صنعت هذا القريوش تكريما للدائري المرحومتين جدتي وأم زوجي اللذان عرفنا بجدائلهما الحميلة والطويلة.

Note: j'ai réalisé ce gryweche à la mémoire des deux défuntes, ma grand-mère et ma belle-mère qui étaient connues par leurs belles tresses bien longues.

## INGRÉDIENTS

## Pâte à filou :

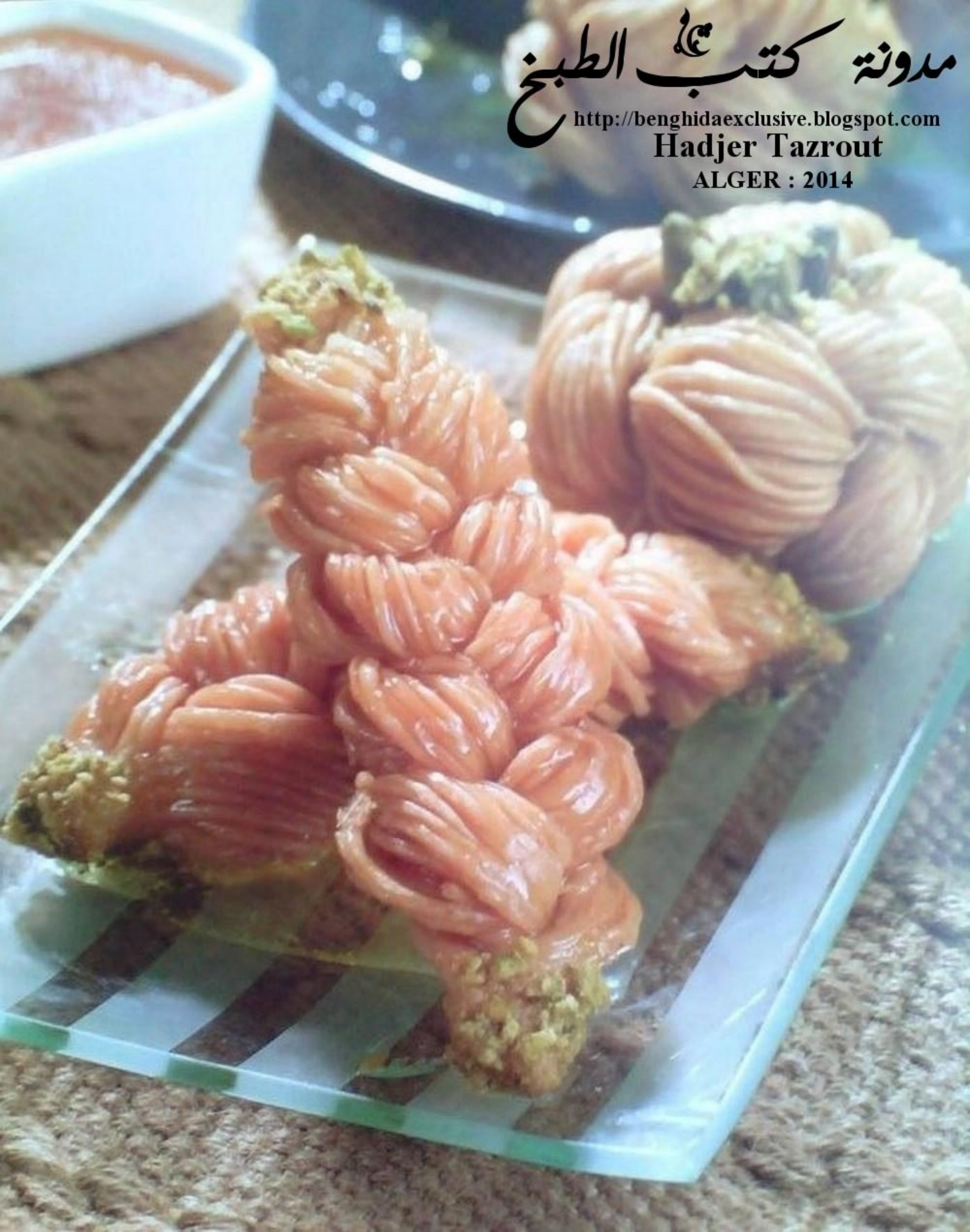
- 4 mesures de farine
- 1 mesure de margarine de feuilletage fondue
- Sel
- Vanille
- Eau
- Maizena
- Miel
- Pistaches moulues

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout

ALGER : 2014



## La tresse feuilletée

## الظفيرة المورقة

## المقادير

## عجينة الفيلو:

- 4 كبلات فريشة
- كبله مارغرين الثوريق
- ذابنه
- ملح
- فانيليا
- ماء
- صابونه
- عسل
- جلجلان

## INGRÉDIENTS

## Pâte à filou :

- 4 mesures de farine
- 1 mesure de margarine de feuilletage fondue
- Sel
- Vanille
- Eau
- Maizena
- Miel
- Grains de sésame



قطعي عجينة الفيلو إلى مستطيلات، شكلي 3 فتحات في المستطيلات بالجرارة.  
Couper la pâte à filou en rectangles, former 3 incisions sur les rectangles avec une roulette.



باعدي بين الفتحات و أجلي الخط الأوسط ثم أخرجه لتحصلي على ظفيرة.  
Ecarter entre les incisions et ramener le trait du milieu et le faire sortir afin d'obtenir une tresse.



قلي الظفيرة المورقة في الزيت الساخن حتى تكتسب لونا ذهبيا، أسقي الفريوش بالعسل ثم زيئه بالجلجلان.

Frîre la tresse feuilletée dans l'huile chaude jusqu'à dorure. Arroser le gryweche de miel et décorer avec du sésame.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout

ALGER : 2014



## Gryweche el samsa

## فريوش الصامصة

## المقادير

## عجينة الفيلو :

- 4 كبلات فريشة
- كيله مارغرين الثوريق
- ذالمة
- ملح
- فانيليا
- ماء
- مايينة
- عسل
- جلجلان



قطعي عجينة الفيلو إلى مربعات ثم أطبها بيضاء البيض.  
Couper la pâte filou en carrés, les badigeonner de blanc d'œuf.



أثني المربعات على اثنين مثل الشكل المين في الصورة لتحصلي على مثلث.  
Plier les carrés en deux comme sur la photo afin d'obtenir un triangle.



أقلي فريوش الصامصة في الزيت الساخن على نار هادئة. أسقي الفريوش بالعسل و زيتيه بالجلجلان.  
Frir gryweche el samsa dans l'huile chaude sur feu doux. Arroser le gryweche de miel et décorer avec des grains de sésame.

## INGRÉDIENTS

## Pâte à filou :

- 4 mesures de farine
- 1 mesure de margarine de feuilletage fondue
  - Sel
  - Vanille
  - Eau
  - Maizena
  - Miel
- Grains de sésame



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout

ALGER : 2014



## Le papillon

## الفراشة

## المقادير

## عجينة الفيلو:

• 4 كبلات فرينة

• كيلة مارغرين النوريق

• ذائبة

• ملح

• فانيليا

• ماء

• مايزينة

• عسل

• فستق مرحي

## INGRÉDIENTS

## Pâte à filou :

• 4 mesures de farine

• 1 mesure de margarine  
de feuilletage fondue

• Sel

• Vanille

• Eau

• Maizena

• Miel

• Pistaches moulues



باستعمال الحرارة، قطعي الأجزاء العلوية للفراشة، اضغطي عليها في الوسط وأقرصها لتحصلي على شكل فراشة.

A l'aide d'une roulette, couper les parties supérieures du papillon. Presser au milieu et pincer afin d'obtenir la forme d'un papillon.



قطعي عجينة الفيلو إلى مربعات. باستخدام الحرارة، قطعي الزوايا الأربعة للمربع من الأسفل نحو الوسط.

Couper la pâte filou en carrés. A l'aide d'une roulette, couper les 4 angles des carrés en allant du bas vers le milieu.



أقلي الفراشات في الزيت الساخن و اغمرها بالزيت بالمعلقة حتى تكتسب لونا ذهبيا. أسقي الغريوش بالعسل و زيتيه بحبات الفستق.

Frir les papillons dans l'huile chaude en l'arrosant d'huile avec une louche jusqu'à dorure. Arroser le gryweche de miel et décorer avec du pistache.



أطلي المربع بياض البيض. انسي زاويتين متقابلتين بجلبهما نحو الوسط لتحصلي على الشكل المبين في الصورة.

Badigeonner les carrés de blanc d'œuf. Plier deux angles en parallèle en les rabattants vers le milieu pour obtenir la forme montrée sur la photo.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout

ALGER : 2014



## Croutes de thé

## قمرمشات الشاي

## المقادير

- 1 كغ فرينة
- 200 غ مارغرين طرية
- 5 ملاعق كبيرة سكر
- ملعقة كبيرة سمّن
- 2 صفار بيض
- فرصة ملح
- فرصة فانيليا
- ملعقة صغيرة قرفة
- كيس خضيرة كيميائية
- كأس و نصف حليب
- 2 ملاعق كبيرة عطر ماء الزهر
- ملعقة صغيرة زعفران
- صابونة
- عسل - جلجلان
- قالب بأشكال مربعة و دائرية

## INGRÉDIENTS

- 1 kg de farine
- 200 g de margarine molle
- 5 c. à soupe de sucre
- 1 c. à soupe de smen
- 2 jaunes d'œufs
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de vanille
- 1 c. à café de cannelle
- 1 paquet de levure chimique
- Un verre et demi de lait
- 2 c. à soupe d'arome de fleur d'oranger
- 1 c. à café de safran
- Maizena
- Miel - Grains de sésame
- Un coupe-pâte avec des formes carrées



حضري المقادير

Préparer les ingrédients.



يسطي العجينة على طاولة عمل مرشوشة بالمايزينة، ثم قسمها فوق القالب بأشكال مربعة و قطعها باستعمال الجلجلان.

Abaissier la pâte sur une planche saupoudrée de maizena, placer la pâte sur le coupe-pâte avec des formes carrées. Couper en utilisant un rouleau.



أقلي القمرمشات في الزيت الساخن. أسقي القمرمشات فور إخراجها من الزيت بالعسل و زينها بالجلجلان.

Frir les croutes dans l'huile chaude. Les arroser aussitôt de miel et les décorer avec des grains de sésame.

# مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

**Hadjer Tazrout**

**ALGER : 2014**



## Miel

## العسيلة

## المقادير

- 3 كيلو سكر
- 1 لتر فزور أصفر
- حجرة صغيرة بلت
- 1 اليمون



حضري المقادير

Préparer les ingrédients.



في كسرولة، ضعي الشب و الفزوز و السكر و شرائح الليمون. حركي المكونات حتى يذوب السكر.  
Dans une casserole, mettre l'alun, le soda, le sucre et les rondelles de citron. Remuer jusqu'à dissolution du sucre.



ضعي الخليط على النار و اتركيه حتى يصل درجة الغليان، إنتظري 10 دقائق ثم اترعي الكسرولة من النار.  
بمكنك استعمال هذه العسيلة لتحلية جميع أنواع الحلويات.

Mettre la casserole sur le feu et porter à ébullition, attendre 10 minutes puis retirer la casserole du feu. Vous pouvez utiliser ce miel pour arroser vos gâteaux.

## INGRÉDIENTS

- 3 kg de sucre
- 1 litre de soda jaune
- 1 pierre d'alun
- 1 citron

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout

ALGER : 2014



# إهداء

أحسن هدية لأعز الناس لدي، إلى جمهوري و كل محبي السيدة بسكري صليحة. أهدي هذا الكتاب إلى جميع الأهل و الأقارب خاصة زوجي الذي ساعدني في انجازه، و أستغل الفرصة لتخليد ذكرى جدتي (أم والدتي) العالقة و المرحومة أم زوجي فاطمة دون أن أنسى جدتي (أم أبي) فاطمة متمنية لها طول العمر و الصحة و العافية.

فهذا الكتاب يحتوي و صفات القريوش متنوعة و سهلة الإنجاز و موضحة في جميع مراحلها، و الأكيد أنها ستأسهويكم نساء أو رجالا لتقوموا بتجربتها ليصبح الطبخ لديكم، بفضل هذا الكتاب، فسحة شقيقة في عالم اللذائذ. ستسعدون بها كل العائلة.

و شكرا.

السيدة : صليحة بسكري



اختي الزائرة ..... اخي الزائر

نشكرك على تحميد الكتاب

و نتمنى ان تستفيد منه

لتحميد المزيد من كتب الطبخ و الحلويات

يرجى زيارتنا على موقعنا :

**مدونة كتب الطبخ**

و ذلك على الرابط التالي :

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

و مشاركتنا المواضيع على صفحتنا في الفيسبوك :

<https://www.facebook.com/benghidaexclusive.blogspot>

**ملاحظة هامة جدا :**

يمكنكم ارسال كتب من تصويركم ﴿ بواسطة السكايب او الة تصوير او هاتف نقال ﴾

ذلك بارسال صور الكتب على الايميل التالي :

**Email : roufasam2002@gmail.com**

و ايضا ارسال الصور على السكايب التالي :

**Skype: cooking.books**

VU sur  
Samira tv

# Griwech

## زین و هامة

Saliha Bessekri

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

