Mesures courantes et équivalences

- Cuillère à café : ½ cl ou 4g
- Cuillère à soupe : 1,5 cl ou 12g à 15g
- Une tasse ou un verre : 2 dl ou 200g
- Une tasse à café ou un verre de vin : 1 dl ou 100g
- Un bol moyen: 2,5 dl ou 250g
- Un grand bol : 5 dl ou 500g
- Une noisette de beurre : 4g
- Une noix de beurre : 15g
- Une pincée de sel : 0,5g
- Un œuf pèse en moyenne 55g
  (20g de blanc, 30g de jaune, 5g de la coquille)

Thermostat	°C	
1	30	Four très doux
2	60	
3	90	Four doux
4	120	
5	150	
6	180	Four moyen
7	210	Four chaud
8	240	
9	**270**	**Four très chaud**

Feuilleté saucisses et olives

Pour 6 personnes

- Pâtes feuilletées abaissées rectangulaire
- 6 saucisses de Vienne
- Olives dénoyautées
- Sel, poivre, herbes Provençales, huile d’olive

Sur une plaque, mettre une pâte feuilletée. Couper les saucisses en deux. Placer les saucisses en laissant un espace pour les enrober avec la deuxième pâte. Humidifier le tour de toutes les saucisses. Placer la deuxième pâte feuilletée et bien presser pour faire adhérer les deux pâtes. Prédécouper les feuilletés. Couper les olives en fines rondelles. Mélanger sel, poivre et herbes avec de l’huile d’olive. Badigeonner le dessus des feuilletés avec le mélange d’épices. Cuire dans un four préchauffé à 200°. Sortir les feuilletés quand ils sont dorés. Ajouter les rondelles d’olives sur le dessus. Servir tiède ou froid.

Gâteau aux noix du Cantique des Cantiques

Pour 6 personnes

- 200g de dattes fraîches ou sèches dénoyautées ou de figues sèches
- 1dl d'eau
- 3g de cannelle moulue
- 1g de cardamome
- 100g de noix hachées
- 150g d'amandes hachées
- Miel

Cette recette égyptienne datant de 1600 av. J-C a été découverte écrite sur un tesson de poterie.

Mixez les dattes ou les figues et l'eau pour en faire une pâte. Ajoutez les épices, les noix, 50g d'amandes. Bien mélanger. Confectionnez de petites boules que vous couvrirez de miel et que vous roulerez dans les amandes restantes.

Tajine de bœuf

Pour 10 personnes

Tajine

- 1,6 kg de bœuf en cube
- 6 petites carottes
- 2 petits radis blancs
- 1 poivron rouge
- 3 petites courgettes
- 1 petite aubergine
- 2 tomates, en quartier, épépinées
- 50g de raisins secs
- 1 bouquet de persil, haché

Bouillon du tajine

- 3cl d'huile d'olive
- 3 oignons rouges, en lanières
- 4 gousses d'ail, en lanières
- 1 bâton de cannelle, partagé en deux
- 20g de paprika
- 1 sachet de safran
- 1g de poivre de Cayenne
- 2g de gingembre en poudre
- 3g de cumin
- 8 dl de bouillon de viande
- 4g de sel
- Poivre du moulin
- 2 brindilles de thym
- 40g de concentré de tomate
- 100g de pois chiches, trempés toute une nuit, égouttés

Tajine : potées ou ragoûts très relevés cuits longuement avec de nombreuses variations possibles. Plat typique de la cuisine marocaine.
Le tajine est aussi un plat creux en terre réfractaire, vernissé, à couvercle conique, pour cuisiner et servir les potées marocaines.
Couscous : cette semoule de blé dur, précuite, est l'ingrédient de base du plat national marocain.

Chauffer dans une grande casserole : viande, huile, oignons, ail, cannelle, paprika, safran, poivre de Cayenne, gingembre et cumin. Ajouter bouillon de viande, sel, poivre, thym, concentré de tomate, pois chiches. Porter à ébullition, réduire la chaleur, couvrir et laisser mijoter 20 minutes. Couper les carottes, radis, poivrons, courgettes et aubépines en très gros morceaux, les mettre dans le bouillon et laisser mijoter 15 minutes à couvert. Ajouter les tomates, les raisins secs, le persil ; cuire encore 20 minutes à petit feu à couvert. Servir le tajine (avec couscous ou riz) séparément ou disposer le couscous en dôme au milieu du plat. Mélanger à la sauce un peu de Harissa (sauce marocaine au chili).

Sablés

Pour 6 personnes

- 350 g de farine
- 250 g de beurre
- 100 g de sucre
- 2 jaunes d'œufs cuits durs
- 1/2dl de lait
- 0,4 g de sel

Sur la planche à pâtisserie disposer la farine en fontaine. Placer tous les autres ingrédients au milieu, bien les mêler préalablement, puis y incorporer la farine sans pétrir longtemps. Abaisser la pâte à 4mm d'épaisseur environ, découper des ronds de pâte que l'on cuit au brun clair.
On peut aussi abaisser la pâte à 1,5 cm et laisser cuire (180° four préchauffé) au brun moyen, l'intérieur sera plus moelleux.

Pour un sablé à la noix de coco : 250g farine, 100g noix de coco râpée.
Pour un sablé citron : ajouter du jus de citron à la place du lait.

Oranges au safran

Pour 10 personnes

- 10 oranges sanguines
- Sucre
- Safran

Lever le zest de trois oranges, le hacher très fin. Peler les oranges à vif. Bien presser les peaux pour récupérer tout le jus. Cuire tout le jus avec les zest et un peu de sucre que ça réduise pas mal. Mettre le safran. Mettre toutes les oranges. Couper le feu. Retirer du feu et mettre au frigo jusqu'au service. Vous pouvez agrémentez comme vous voulez…

Koupepia (feuilles de vigne farcies)

Pour 20 personnes

- 1kg de riz blanc à longs grains
- 80 feuilles de vigne fraîches (ou marinées)
- 4 tomates concassées
- 2 à 4 dl de tomates passées
- 4 petits oignons finement haché
- 1 petite botte de persil plat finement haché
- 1 dl d'hile d'olive
- 10g de menthe sèche en poudre
- 1 bouillon-cube
- Le jus d'un ½ citron
- Cannelle
- Sel, poivre

Cette recette est originaire du bassin méditerranéen, et est très appréciée en Grèce, Turquie et Chypre. A l'apéritif c'est tip top !

Plongez quelques instants les feuilles de vigne dans l'eau bouillante jusqu'à ce qu'elles prennent une coloration plus foncée (faites tremper auparavant les feuilles de vigne pour les dessaler).
Dans un saladier, versez le riz cru avec les tomates concassées, mélangez bien le jus de tomates, les oignons, le persil, l'huile, la menthe et les épices.
Disposez les feuilles de vigne avec la face intérieure vers le haut. Déposez le mélange de riz à côté de la tige, enroulez les feuilles en cône (roulez légèrement, pincez les bords pour que la farce ne ressorte pas, puis continuez à rouler).
Posez les rouleaux de veuilles de vigne avec la nervure vers le bas au fond d'une casserole, en formant un rang dans un sens, puis un rang dans l'autre sens.

Ajoutez juste assez d’eau pour que les feuilles de vigne soient complètement recouvertes d’eau. Emiettez un bouillon cube, puis arrosez d’une rasade d’huile d’olive et de jus de citron. Pour fini, couvrez avec une assiette à soupe retournée (pour empêcher que les feuilles ne se déroulent à nouveau) et faites cuire 1 heure à petit feu.

Houmous oriental

Pour 6 personnes

- 450 g farine de pois chiches ou en boites
- 5 gousses d'ail
- 100 g de crème de sésame
- 1 dl de jus de citron
- Eau (celle des boites)
- Huile d'olive (selon le désire de souplesse)
- Raz el hanout (mélange pour tajine)
- 1 cuillère à soupe de cumin grillé
- Persil ciselé

Préparer la crème de sésame : écraser au pilon avec un peu d'eau les graines de sésame jusqu'à obtention d'une crème-purée.
Ecraser l'ail
Mélanger tous les éléments et rectifier la souplesse avec l'huile d'olive
Parsemer de persil à la fin

Gâteaux à la cannelle

Pour 6 personnes

Temps de préparation : 10 minutes
Tems de cuisson : 12 minutes

- 500 g de farine
- 250 g de sucre en poudre
- 2 dl d'huile
- 30g de cannelle
- 15g de beurre

Préchauffez le fou à 160°
Versez la farine et l'huile dans un saladier avec le sucre en poudre et mélangez. Votre pâte doit être souple et assez ferme. Ajoutez éventuellement un peu de farine.
Prenez avec les doigts une portion de pâte de la taille d'un petit œuf, façonnez une boule et déposez-la sur une plaque de four légèrement huilée et farinée. Procédez de la même manière avec le reste de la pâte.
Puis modelez avec le doigt un petit creux au sommet de chaque biscuit.
Versez un peu de cannelle en poudre dans chaque creux.
Mettez à cuire pendant environ 12 à 15 minutes. Les gâteaux doivent tout juste commencer à dorer. Laissez-les ensuite refroidir.

Harosset Ashkénase

Pour 6 personnes

Préparation : 10 minutes
Réfrigération : 2 heures

250 g de noix de pécan concassées
2 pommes pelées et sans pépin
1 citron
2 cuillerées à soupe de sucre roux
1 cuillerée à café de cannelle
1 cuillerée à café de poivre noir du moulin
3 cuillerées à soupe de vin doux casher ou de jus de raisin rouge

Le harosset est servi au dîner de la Pâque juive. Son nom, dérivé de l'hébreu herbes, « argile », évoque le ciment dont se servaient les maçons israélites en Egypte, les autres plats du dîner pascal sont les herbes amères, un légume trempé dans l'eau salée, un os d'agneau rôti et un œuf dur rôti sur la braise.

Concassez au couteau les noix de pécan. Epluchez et épépinez les pommes. Râpez le zeste de citron et pressez celui-ci pour recueillir le jus. Réunissez les noix de pécan, les pommes, le sucre, la cannelle, le poivre le zeste de citron. Hachez-le tout grossièrement au couteau et mélangez bien. Ajoutez le vin doux et gardez cette préparation au moins 2 heures au réfrigérateur. Servez frais.