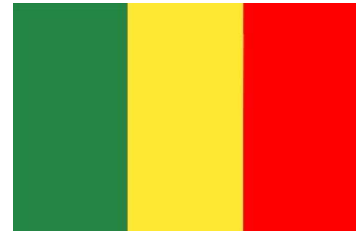




Cours de cuisine d'Afrique du Nord

14 octobre 2014

Au profit de Forages Mali



«CHORBA»

Pour 10 personnes

300 g de viande hachée
 300 g de blanc de dinde
 300 g de tomates fraîches
 1 petite boîte de tomates pelées
 1 petite boîte de concentré de tomates
 600 g d'oignons
 300 g botte de céleri
 1 pot de pois chiche
 10 cl huile
 2 cubes de bouillon, cumin, sel,
 poivre, harissa
 150 g de pâtes langues ou
 vermicelles
 Citron
 Eau : 2 à 2.5 litres

Dans une cocotte mettre l'huile, les oignons et faire revenir la viande découpée en petits morceaux.

Incorporer les épices, les pois chiche, le céleri coupé finement et les tomates pelées, les tomates fraîches et le concentré de tomates, les cubes de bouillon, l'eau.

Faire cuire pendant $\frac{3}{4}$ d'heure à 1 heure et mettre les pâtes et laisser 15 mn.

Déguster, possibilité d'ajouter de l'harissa et du citron dans l'assiette.



«TAJINE POULET AUX ABRICOTS ET AMANDE »:

Pour 10 personnes

10 cuisses de poulet
 600 g d'abricots secs
 900 g d'oignons, 600 g d'amandes
 Huile d'olive, 100 g de beurre
 1 cube bouillon de volaille
 Cannelle en poudre, Cumin, sel,
 poivre, petit pot de miel
 Riz, safran ou curcuma

Faire revenir 2 kg oignons dans du beurre et ensuite les cuisses de poulet ; ajouter les amandes (la moitié).

Ajouter les épices, de l'eau au fond du plat et laisser cuire pendant $\frac{3}{4}$ d'heure à 1 heure à four très chaud. Ajouter les abricots à mi cuisson.

Mettre un 1 kg d'oignons dans une casserole avec l'huile d'olive ; faire revenir puis mettre un peu d'eau et le miel puis la cannelle et faire revenir le tout.

Arrosez le poulet avec ce bouillon.

Faire griller le reste des amandes et les mettre au-dessus du poulet avant de servir avec du riz blanc ou riz au safran.