

Accras de morue à la portugaise

Il existe deux versions des accras : à la pomme de terre ou à la farine. Voici la version aux pommes de terres.

Ces délicieux beignets gagnent à être bien relevés.

Pour la morue vous pouvez utiliser de la morue déjà dessalée, en partie ou complètement, suivant ce que vous pouvez trouver.

**Nbre de personnes : 4 - Temps de préparation : 1 heure +
dessalage de la morue**

Ingrédients

Pour une vingtaine d'accras :

400g de morue

400g de pommes de terre

1 œuf

3 cives ou à défaut un oignon

2 C.A.S. de persil plat haché

2 gousses d'ail

1 C.A.C. de piment doux ou paprika

Pour ceux qui aiment on peut ajouter du piment fort, personnellement j'ajoute

1/2 piment habanero frais ou 1 piment oiseau

huile pour friture

Préparation

S'il s'agit de morue salée au gros sel, en filet, laissez dessaler 36h en changeant l'eau 4 fois.

S'il s'agit de morue déjà en partie dessalée et emballée sous plastique, fiez-vous aux indications figurant sur l'emballage concernant le temps de dessalage requis.

Faites cuire les pommes de terre à l'eau (pas besoin de saler) pendant 30mn, jusqu'à ce qu'elles soient parfaitement cuites.

Égouttez et pelez les pommes de terre.

Mettez les filets de morue à froid dans une casserole.

Couvrez largement d'eau, ajoutez une feuille de laurier.

Chauffez l'eau et laissez frémir pendant 5mn.

Faites attention que l'eau ne bouille pas sinon la morue va se défaire.

Vérifiez la cuisson de la morue et laissez-la au besoin quelques minutes de plus si les filets sont très épais.

Égouttez la morue, ôtez la peau et les arêtes.

Émiettez la chair à la fourchette ou dans un torchon.

Mettez la chair dans un saladier avec les pommes de terre épluchées.

Hachez les cives.

Dégermez l'ail et pressez-le au presse-ail (c'est meilleur que de le hacher)

Hachez finement le piment après avoir ôté les graines et le pédoncule.

Ajoutez cives, ail, piment, persil, paprika et l'œuf avec la morue et les pommes de terre.

Écrasez le tout avec un étrier à purée jusqu'à obtenir une masse homogène ou passez le tout au presse-purée.

Faites chauffer 5cm d'huile dans une casserole ou faites-le à la friteuse si vous en avez une.

Quand l'huile est chaude, façonnez des petites boules de pâte avec deux cuillers à soupe et jetez-les dans l'huile.

Retournez les accras quand ils sont bien dorés sur une face, s'ils ne se retournent pas tous seuls.

Quand les accras sont bien dorés, égouttez-les et déposez-les sur du papier absorbant.

Servez bien chaud !

Artichauts farcis

une délicieuse entrée de printemps, avec les artichauts nouveaux. Si vous avez le chance d'aller en Aragon au printemps, vous trouverez de petits artichauts pratiquement sans foin, qui sont encore plus simples à préparer.

Nbre de personnes : 4 - Temps de préparation : 1 heure

Ingrédients

500g de petits artichauts (violets ou verts), 7cl de vin blanc, 1 tranche de pain de campagne sans la mie, 1 C.A.S. de câpres au vinaigre, 1 tranche de jambon serrano, un peu de lait, huile d'olive, 1 petit bouquet de persil, 2 gousses d'ail, sel poivre

Préparation

Faites tremper la mie de pain dans le lait puis essorez-la. Réduisez-la en miettes. Hachez l'ail, le jambon, les câpres, le persil, salez (pas trop le jambon est salé) poivrez.

Tournez les artichauts pour enlever les feuilles extérieures les plus coriaces.

Coupez la tige des artichauts de façon à ce que le cœur puisse tenir debout.

Coupez les feuilles d'artichauts à 1cm ou 2 au dessus du cœur, ôtez le foin avec une cuillère parisienne, ou, si vous n'en avez pas, avec un petit couteau à bout rond.

Trempez-les au fur et à mesure dans un saladier d'eau citronnée pour éviter qu'ils ne s'oxydent au contact de l'air

Farcissez les artichauts avec le hachis.

Mettez-les bien serrés dans une casserole à fond épais.

Versez le vin blanc, ajoutez un peu d'eau et 5 à 10cl d'huile d'olive, de façon à ce que les artichauts baignent à moitié dans le liquide.

Faites cuire 20mn à petit feu, sans couvrir.

Otez ensuite les cœurs délicatement, mettez-les dans un plat à four avec la sauce, faites gratiner. Servez chaud ou tiède.

Aubergines aigres-douces à la menthe

Un hors d'œuvre rafraîchissant et particulièrement agréable en été quand la chaleur est écrasante. La surprise gustative du mélange câpres au sel / menthe est un grand moment!

Nbre de personnes : 4 - Temps de préparation : 40mn + 1 heure d'attente

Ingrédients

600g d'aubergines, 10g de sucre en poudre, 1 C.A.S. de vinaigre de vin 1 C.A.S. de câpres au sel si possible (elles sont bien meilleures) dessalées 10mn, ou à défaut des câpres au vinaigre, 10 feuilles de menthe, plus quelques têtes pour la décoration, sel, huile d'olive

Préparation

Coupez les aubergines en dés d'environ 2cm d'arête. Salez les cubes d'aubergine, mettez-les dans une passoire et laissez égoutter pendant une heure.

Rincez et séchez les aubergines.

Faites-les ensuite cuire dans environ 5cl l'huile d'olive plus 5cl d'eau pendant une quinzaine de mn, jusqu'à ce que les aubergines soient bien cuites.

Salez légèrement.

En fin de cuisson ajoutez le vinaigre, le sucre en poudre, la menthe et les câpres. Remuez, laissez refroidir, puis mettez 12h à 24h au réfrigérateur, le temps que toutes les saveurs s'interpénètrent.

Mangez ce plat froid, en entrée, avec quelques feuilles de menthe en décoration.

Aubergines au sésame

Le fait de saupoudrer les aubergines de sel permet d'éliminer l'eau de végétation de l'aubergine, et avec elle les risques d'une amertume trop prononcée du plat final.

On trouve la tahine dans les épicerie libanaises, arabes ou même parfois asiatiques. Les aubergines au sésame sont un plat typiquement libanais.

Nbre de personnes : 4 - Temps de préparation : 1 heure 1/4

Ingrédients

500g d'aubergines - 2 cuillerées à soupe bien garnies de pâte de sésame (appelée tahine ou tehina) - 1 citron - sel, poivre, huile d'olive

Préparation

Coupez les aubergines en deux dans le sens de la longueur et saupoudrez-les de sel. Laissez dégorger dans une passoire pendant une heure. Rincez.

Cuisez ensuite les aubergines au four ou au grill (four thermostat 8 pendant 45 mn ou plus). Vérifiez la cuisson des aubergines. La chair doit être bien tendre à l'intérieur. Si la peau a grillé par endroits ce n'est pas grave, c'est même meilleur. Raclez la chair des aubergines avec une cuiller et jetez la peau. Égouttez bien la chair en la pressant pour éliminer le maximum de l'eau de végétation.

Mixez ensuite la chair d'aubergines avec le tahine et le jus d'un demi-citron.

Goûtez et rajoutez éventuellement du jus de citron, du sel et du poivre. Si la préparation est trop épaisse ajoutez un peu d'eau et mixez à nouveau.

Passez ensuite la préparation dans un bol et arrosez d'huile d'olive. Servez frais ou à température.

On peut remplacer la tahine par de l'huile d'olive (mais bien sûr ça n'a pas le même goût). On ajoute alors une ou deux gousses d'ail que l'on aura fait griller, en chemise (c'est à dire avec leur peau), en même temps que les aubergines. On pèle ensuite les gousses d'ail, on enlève le germe s'il y en a un, et on les mixe avec l'aubergine.

Bagna cauda

S'il vous reste de la sauce (mais très franchement ça m'étonnerait), mettez-la dans des pâtes ou dans un plat de poisson pour le "remonter" en goût.

Nbre de personnes : 4 - Temps de préparation : 1 heure

Ingrédients

crudités à volonté : carottes, céleri, asperges vertes, cardons, poivrons, aillet, feuilles de romaine ou autre salade, concombre, cives, oignons blancs.

50g de beurre, 20 olives noires ou violettes, 10cl d'huile d'olive, 1 piment (facultatif), 12 filets d'anchois à l'huile ou 4 au sel, du bon pain de campagne pour accompagner le tout

Préparation

Découpez les légumes en bâtonnets de 10cm de long environ.

Mettez-les ensuite à tremper pendant 15 à 30mn dans un récipient d'eau froide avec des glaçons et mettez ce récipient au réfrigérateur.

de cette façon les légumes vont acquérir un extraordinaire croquant.

Dénoyautez et hachez les olives. Vous pouvez aussi les mixer ou les piler au pilon pour avoir une texture fine.

Coupez les gousses d'ail en 2 et dégermez-les

Dans une casserole mettez tous les ingrédients de la sauce.

Faites cuire à petit feu pendant quelques minutes, en remuant sans arrêt, jusqu'à ce que les anchois aient fondu dans l'huile et les gousses d'ail ramolli. Il ne faut pas que la fondue arrive à ébullition.

Mettez dans un récipient et servez avec les légumes bien égouttés.

On peut disposer en dessous un petit chauffe-plat avec une bougie pour que la fondue reste bien chaude.

Calentica ou calentita

L'origine du mot calentica vient de l'Espagnol "caliente" qui signifie chaud. La calentica était vendu en Algérie dans la rue, par des marchands ambulants qui les faisait cuire sur des plaques.

Pour réaliser cette recette, il faut de la farine de pois chiches non grillée, qui est généralement d'origine algérienne. Attention à ne pas acheter de la farine grillée, qui sert à faire les pâtisseries.

Il est important de laisser reposer la pâte, comme pour les galettes de blé noir, le goût en est changé.

Il existe une autre version de la calentica dans laquelle on ajoute un œuf. Dans ce cas il n'est pas conseillé de laisser la pâte reposer plus d'une heure (l'œuf cru ne peut pas être conservé très longtemps).

**Nbre de personnes : 4 - Temps de préparation : 1 heure 30 -
Repos : 1 nuit**

Ingrédients

250g de farine de pois chiches, eau, sel, huile, cumin

Préparation

Versez la farine dans un saladier et ajoutez de l'eau jusqu'à obtenir la consistance d'une pâte à crêpes.

Laissez reposer la pâte une nuit.

Salez.

Huilez un plat à four et versez la pâte sur une épaisseur de 2cm.

Faites cuire à thermostat 7/8 pendant 45mn à une heure.

La calentica doit être bien dorée, et l'intérieur cuit.

Découpez ensuite en morceaux et servez bien chaud, saupoudré de cumin

Calamars à la romaine

Ces succulents calamars à la romaine, comme leur nom ne l'indique pas, font partie des traditionnelles tapas espagnoles. Il sont malheureusement trop souvent congelés, pleins d'huile et caoutchouteux !

Avec cette recette vous allez découvrir quelque chose de fondant, et vraiment excellent !

Le secret de la réussite de ce plat est que les calamars doivent cuire le moins longtemps possible. Dès que la pâte est dorée il faut les ôter du feu.

Nbre de personnes : 4 - Temps de préparation : 45mn

Ingrédients

400g de calamars nettoyés et coupés en anneaux
farine
2 œufs
sel, poivre,
1 ou 2 citrons
huile pour friture

Préparation

Séchez les calamars dans du papier absorbant et déposez-les dans une assiette.

Cassez et battez les œufs dans une assiette.

Disposez de la farine dans une autre assiette.

Faites chauffer un bain de friture dans une friteuse ou à défaut une casserole.

Quand la friture est à bonne température, trempez les anneaux par petite quantité dans la farine, tapotez pour ôter l'excédent de farine.

Trempez ensuite dans l'œuf et plongez-les dans la friture.

Quand les anneaux sont dorés, égouttez-les sur du papier absorbant.

Salez et servez avec des quartiers de citron.

On peut mettre pour la décoration des rondelles de tomates, d'oignons doux et de la salade.

Caponata d'aubergines

La caponata est une délicieuse entrée italienne, à la texture compotée, qui se mange en principe froide ou tiède.

Nbre de personnes : 4 - Temps de préparation : 1 heure 30

Ingrédients

1kg d'aubergines, le cœur d'un céleri et les 3 ou 4 branches qui l'entourent, 1 oignon, 1 boîte de tomates concassées (500g environ), 100g d'olives vertes, 1 c.a.s. de vinaigre de vin, 2 pierres de sucre, 1 c.a.s. de câpres au vinaigre, huile d'olive, huile d'arachide ou pépins de raisin

Préparation

Découpez l'aubergine en cubes de 1 à 2cm de côté.

Saupoudrez les morceaux de sel et faites-les dégorger dans une passoire pendant 30mn.

Rincez les cubes, puis épongez avec du papier absorbant.

Faites chauffer 5cl d'huile neutre (arachide, pépins de raisins) avec autant d'eau dans une sauteuse et faites cuire les aubergines dans ce mélange jusqu'à ce que les morceaux soient tendres. (un peu + de 10mn)

Otez les aubergines, réservez-les dans une passoire pour qu'elles s'égouttent.

Mettez un peu d'huile d'olive dans la sauteuse et faites revenir les oignons et le céleri haché.

Quand l'oignon est doré, ajoutez la tomate, les olives, le vinaigre et le sucre.

Laissez mijoter 15mn.

Ajoutez alors l'aubergine et les câpres.

Mélangez et laissez cuire à couvert et à petit feu pendant un quart d'heure.

Vérifiez que la caponata n'attache pas et rajoutez au besoin un peu d'eau.

Laissez refroidir avant de servir.

Carpaccio de thon

Les deux meilleurs morceaux de thon sont la ventrèche, c'est à dire les filets du ventre, et le cou, c'est à dire ce qu'on appelle en France le "haut" de thon et en Espagne "mojillo". Les muscles de la queue (de la queue à l'anus) sont les morceaux les moins appréciés. Les pays qui apprécient le thon à sa juste valeur (Espagne, Japon) vendent le thon à des prix différents suivant les morceaux, de même que la viande chez nous. Les meilleurs morceaux de thon ne sont pas découpés en darnes mais en filet, c'est à dire dans la longueur. Profitez-en en France pour acheter les meilleurs morceaux, surtout le cou, qui bien souvent est vendu à bas prix, car il est moins "sexy" qu'une darne pour la cuisinière française. C'est pourtant bien supérieur aux filets du dos ou de la queue.

Comme quoi, le prix est bien souvent une histoire de mode.

Nbre de personnes : 4 - Temps de préparation : 1 heure

Ingrédients

200g de filet de thon ou de bonite, huile d'olive, le jus de 1 à 2 citrons suivant la taille, sel, poivre, huile d'olive, 1 cuil. à soupe de câpres, 10cm de branche de cœur de céleri coupée en fines lamelles, 1 trait de Tabasco

Préparation

Passez le filet de thon au congélateur jusqu'à ce qu'il devienne très ferme (3/4 d'heure environ, vérifiez de temps en temps). Ce sera plus facile pour le trancher. Pendant ce temps, profitez-en pour affûtez un couteau de cuisine de préférence assez long et à lame fine.

Découpez ensuite le filet en tranches les plus fines possibles, perpendiculairement aux fibres du poisson, et en biseau, de façon à augmenter la taille des tranches.

Hachez les câpres, fouettez le citron avec le Tabasco, les câpres, le sel et le poivre, ajoutez l'huile d'olive, fouettez à nouveau et trempez les tranches dans la sauce.

Répartissez-les ensuite sur un plat, arrosez du reste de sauce et parsemez de céleri.

Laissez 15 minutes à température et servez.

Courgettes à l'aneth

Un délicieux mezza turc que j'ai découvert dans le bar restau turc "Le Bardak" à Nantes, 6 rue du bon secours, un endroit sympathique que je vous invite à visiter. Cette recette en est ma version personnelle.

Ingrédients

2 belles courgettes, 1 petit bouquet d'aneth, huile d'olive, 1 yaourt, 1 gousse d'ail sel, poivre

Préparation

Hachez les feuilles d'aneth en éliminant les branches.

Râpez les courgettes à la râpe à gros trous.

Dans une sauteuse faites chauffer un peu d'huile d'olive.

Ajoutez les courgettes, l'aneth, l'ail pressé, salez, poivrez.

laissez cuire environ 10mn, jusqu'à ce que les courgettes ramollissent.

Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.

Laissez refroidir.

Ajoutez suffisamment de yaourt pour lier l'ensemble.

Servez froid dans un plateau de mezza.

Cailles d'automne

Un fastueux plat d'automne qui sera également très bien pour des fêtes de fin d'années, en utilisant des champignons surgelés.

Nbre de personnes : 4 - Temps de préparation : 1 heure

Ingrédients

4 cailles,
4 tranches de pancetta (poitrine séchée) ou 2 tranches de jambon sec,
300g de châtaignes cuites et épluchées (en bocaux de verre en supermarché elles sont très bonnes)
500g de champignons des bois (cèpes ou bolets, mousserons, giroles, chanterelles...),
8 échalotes
3 piments del piquillo en boîte égouttés et coupés en lanières ou un poivron rouge grillé, pelé et coupé en lanières,
sel, poivre,
1/2 c.a.c. de cacao non sucré,
1 pincée de cannelle,
30g de gingembre pelé et coupé en allumettes,
10cl de vin blanc ou d'eau
beurre ou huile

On peut accompagner le plat de quelques pommes de terre sautées.

Préparation

Farcissez les cailles avec une tranche de jambon, puis faites-les dorer dans une cocotte avec les échalotes à feu doux, jusqu'à ce qu'elles soient dorées de tous côtés.

Ajoutez le vin blanc et déglacez à la spatule.

Ajoutez gingembre, cannelle, cacao, un peu de sel.

Laissez cuire 30mn à couvert.

Ajoutez les cèpes coupés en morceau, laissez cuire 15mn.

Ajoutez les châtaignes, poivrez et laissez encore cuire 15mn.

Boulettes de veau aigres-douces

Nbre de personnes : 4 - Temps de préparation : 1 heure

Ingrédients

500g de veau haché, 30g de pain sec (sans la croûte) 10cl de lait, 50g de pignons, quelques cives avec le vert ou à défaut un oignon, 1 œuf, 1 à 2 gousses d'ail suivant la taille, épices moulues : cannelle, coriandre, paprika, sel, 3 C.A.S de vinaigre de cidre ou à défaut de vinaigre de vin, 30g de raisins secs, huile d'olive ou d'arachide

Préparation

Faites tremper le pain dans le lait 10mn.

Pendant ce temps dégermez l'ail et hachez-le.

Hachez également les cives ou l'oignon.

Hachez grossièrement les pignons.

Pressez le pain pour en extraire le maximum de lait, puis émiettez-le.

Dans un saladier mettez la viande hachée, le pain, les cives et l'ail, les épices, le sel, l'œuf

Malaxez l'ensemble et formez des boulettes de la grosseur d'un œuf

Si vous n'êtes pas sûr de l'assaisonnement, faites revenir une petite bouchée de farce et goûtez. Rectifiez ensuite au besoin.

Mettez de l'huile à chauffer dans une sauteuse et mettez-y les boulettes en les aplatissant un peu (c'est plus pratique pour les cuire).

Quand elles sont bien dorées d'un côté retournez-les.

Ajoutez les raisins secs. Laissez cuire environ 15mn, en retournant de temps en temps.

En fin de cuisson, ajoutez le vinaigre, remuez bien pour qu'il se répartisse, coupez le feu, laissez quelques minutes à couvert et servez.

On peut accompagner ces boulettes de pâtes.

Dans ce cas, on fait cuire les pâtes à part, et on les ajoute en fin de cuisson avec une ou deux cuillerées d'eau de cuisson des pâtes dans la sauteuse, de façon à ce que les pâtes s'imprègnent bien de la sauce.

Dolma : feuilles de chou farcies

Ces traditionnelles feuilles de chou peuvent être farcies de différentes manières. C'est très bon aussi avec de l'agneau.

J'ai introduit ici une variante personnelle avec de la chair à saucisse, ce qui nous rapproche de la saucisse aux choux !

Mon conseil : Préparez ces dolma à l'avance (par exemple le midi pour le soir), laissez refroidir complètement et laissez reposer quelques heures, puis réchauffez au moment de manger (au micro-ondes ou à la vapeur) Ce sera bien meilleur !

Pour ma part je les sers comme des bouchées à la vapeur chinoises, avec de la sauce piquante genre sriracha. Un bol de bouillon accompagne très bien ces délicieuses petites bouchées !

On peut également les servir dans une soupe, comme des raviolis. Par exemple une soupe aux choux !

Nbre de personnes : 4 - Temps de préparation : 2 heures

Ingrédients

1 chou frisé

2 possibilités :

au porc : 2 grosses saucisses, 1 tranche de jambon serrano

ou au bœuf : 300g de steak haché

1 tasse de riz rond (140g environ), 1 oignon, 1 gousse d'ail, 1 petit bouquet de persil, sel, poivre, 1 l de bouillon de bœuf environ (on peut le faire avec des tablettes de concentré)

Préparation

Prélevez les 2/3 des feuilles du chou (utilisez le cœur du chou pour faire autre chose)

Dans une grande casserole d'eau bouillante faites blanchir quelques minutes les feuilles de chou, jusqu'à ce qu'elles soient bien ramollies.

Égouttez

Hachez finement oignon, persil et ail dégermé.

Si vous faites la farce au porc, ôtez la peau des saucisses, hachez la tranche de serrano.

Mélangez dans un saladier la viande avec le riz cru, le hachis d'oignons, ail et persil. Salez (si vous avez mis du bœuf, sinon les saucisses et le jambon sont salés), et Poivrez bien le tout.

Tourte aux sardines

Nbre de personnes : 4 - Temps de préparation : 1 heure

Ingrédients

12 sardines, 2 disques de pâte feuilletée,

frita : 2 ou 3 poivrons verts et rouges ou piments doux, suivant la taille, 3 oignons blancs avec les feuilles en saison ou 2 oignons, 2 gousses d'ail, sel, poivre ou piment, 800g de tomates concassées fraîches ou en boîte, huile d'olive, 1 C.A.C. de graines de fenouil

Préparation

Ouvrez les poivrons, ôtez les côtes intérieures et les pépins puis émincez-les.

Faites revenir les poivrons émincés à l'huile d'olive

Ajoutez les oignons hachés avec les feuilles le cas échéant, faites revenir jusqu'à ce que les oignons soient bien ramollis

Ajoutez la tomate, salez, poivrez ou pimentez.

Faites cuire 30mn, jusqu'à ce que tout soit bien tendre, faites réduire éventuellement s'il y a beaucoup de jus, rectifiez l'assaisonnement et laissez refroidir à découvert pour que le jus réduise encore.

Otez les écailles des sardines s'il y en a. Entaillez les sardines derrière la tête jusqu'à l'arête, des deux côtés

Coupez le long du dos jusqu'à l'arête, sur toute la longueur, avec un couteau bien affuté. Puis avec les doigts, dégagez l'arête centrale

En tenant l'arête centrale d'une main et la tête dans l'autre, tirez en descendant sur l'arête, de façon à dégager les filets jusqu'à la queue.

Récupérez les deux filets et jetez le reste. Otez la nageoire dorsale et ses petites arêtes.

12 - Dans un moule disposez le premier rond de pâte. Ajoutez par dessus la frita (si vous en avez trop gardez le reste pour faire autre chose). Disposez par dessus les filets de sardine en étoile. Salez légèrement les sardines

13 - Déposez le second rond de pâte et tortillez les bords avec la pâte du dessous pour bien les souder. Saupoudrez de graines de fenouil. Faites une cheminée avec un bristol roulé de façon à ce que la vapeur s'échappe pendant la cuisson.

14 - faites cuire 30mn au four th 7/8 jusqu'à ce que la pâte soit bien dorée.

Lasagnes aux cèpes

Nbre de personnes : 4 - Temps de préparation : 2 heures

Ingrédients

8 à 10 feuilles de lasagnes, 600 g de cèpes nettoyés ou un mélange de champignons des bois, 1 gousse d'ail, 80g de beurre

Béchamel : 50cl de lait, 50g de beurre, 50g de farine, 50g de fromage râpé, sel, poivre, muscade.

gratiné : 30g de fromage râpé, chapelure

Préparation

Faites cuire les lasagnes le temps indiqué sur la boîte, et égouttez-les.

Faites cuire les champignons dans 50g de beurre. Ils vont relâcher de l'eau puis la réabsorber, ils seront cuits à ce moment. Ajoutez l'ail émincé et du sel en fin de cuisson. Réservez.

Sauce Béchamel : Tamisez la farine dans avec une passoire fine pour éviter les grumeaux. Dans une casserole mélangez à froid au fouet la farine et le lait.

ajoutez le beurre, le fromage, sel poivre, muscade.

Mettez à feu doux et remuez jusqu'à ce que la sauce ait bien épaissi.

Arrêtez le feu.

Déposez 2 feuilles de lasagnes dans un plat beurré

Déposez sur les feuilles la moitié des champignons.

Déposez à nouveau deux feuilles de lasagnes dans l'autre sens.

Déposez une autre couche de Béchamel, puis à nouveau 2 feuilles de lasagnes, le reste des champignons, encore deux feuilles de lasagnes et le reste de Béchamel.

Déposez par dessus le reste de fromage râpé, puis la chapelure.

Faites cuire au four 20mn à 200°.

Salade méchouïa

Cette salade s'appelle aussi salade «juive» ou salade cuite. On peut mettre dans cette salade des poivrons verts, ou des piments, doux ou forts, que l'on traitera de la même façon que les poivrons rouges.

Nbre de personnes : 4 - Temps de préparation : 1 heure

Ingrédients

4 poivrons rouges, 4 tomates, 3 gousses d'ail, huile d'olive, sel, poivre, harissa, cumin.

Décoration : œufs durs, olives noires.

Préparation

Faites griller les poivrons au grill du four ou au barbecue.

Retournez régulièrement jusqu'à ce que la peau soit noircie par endroits et cloquée. Enfermez les poivrons dans un sac plastique, faites un noeud et laissez refroidir afin que la peau se décolle.

Pendant ce temps, mettez les tomates entières à griller. Faites les cuire jusqu'à ce que la peau soit noircie sur les deux faces.

Faites également griller les gousses d'ail entières avec la peau, enfilées sur une brochette pour ne pas qu'elles tombent dans le feu.

Celles-ci doivent être bien molles. Attention cependant à ne pas les faire carboniser.

Pelez les tomates. Otez le maximum d'eau de végétation et les pépins.

Pelez les poivrons, ôtez les graines, les côtes intérieures et le pédoncule.

Pelez les gousses d'ail et ôtez le germe le cas échéant.

Mélangez tous les légumes dans un plat creux.

Assaisonnez à votre goût, ajoutez un généreux filet d'huile d'olive et hachez le tout.

Rafraîchissez ensuite plusieurs heures au réfrigérateur.

Servez avec des œufs durs et des olives noires pour la décoration.