



Hatrice nous a présenté les keftés, un plat bien connu dans toute la Turquie mais qui est surtout une spécialité du sud de ce pays (à Adana, à Antalya et aussi près de la frontière avec l'Irak).

Elle a appris à le préparer étant enfant dans son village, avec les femmes de sa famille.

Elle continue de le préparer souvent en France, pour recevoir des amis, lors de fêtes, ...

Elle utilise des lentilles et du boulgour importés de Turquie mais trouve que le boulgour que l'on achète dans les magasins bio est de très bonne qualité.

Les keftés se mangent traditionnellement avec les mains même si l'on peut aussi utiliser des couverts.



Ingédients (4/6 pers.) :

1 ½ verre de lentilles rouges (ou corail)	1 pot de sauce tomate (environ 250 g)	1 cuillerée (à soupe) de piment rouge sec moulu
1 ½ verre de bulghur moyen	1 bouquet de persil	Sel
1 ou 2 oignons blancs	1 bouquet de menthe fraîche	1 verre d'huile de tournesol



Bien rincer les lentilles, les mettre à bouillir dans de l'eau, ajouter du sel.

Quand l'eau fait de gros bouillons et les lentilles sont déjà un peu tendres, ajouter le bulghur qui a été rincé dans de l'eau chaude et égoutté. Quand le mélange est prêt, on l'égoutte et le laisse refroidir pour pouvoir le travailler avec les mains.

Pour préparer la sauce, on émince les oignons blancs avec leur queue et on les fait revenir longtemps, mais sans les dorner, dans une casserole couverte.

On ajoute la sauce de tomates fraîches et un peu d'eau, puis la menthe et le persil finement hachés, le sel et le piment rouge.

Quand tout est refroidi, on mélange la sauce avec les lentilles et le bulghur.

On prépare ainsi une sorte de pâte que l'on malaxera ensuite avec les mains pour préparer des boulettes allongées.

Pour servir, on pose les boulettes sur des feuilles de batavia non assaisonnées. Pour les cocktails, les boulettes doivent être plus petites.

Pour boire et accompagner les keftés aux lentilles, Athis a préparé du yaourt liquide légèrement salé et aussi une salade de pommes de terre avec des saucisses de poulet, du poivron rouge et de la tomate coupés en petits morceaux, de l'oignon blanc, de la menthe, du persil et quelques feuilles tendres de batavia hachées. Elle a assaisonné la salade avec du sel, du vinaigre, du citron et de l'huile.



Recette préparée par Anisya qui vient de l'île de Java et Reny originaire de l'île de Sumatra.

Le **nasikuning** est un plat traditionnel d'Indonésie, un plat très courant que chaque famille connaît et fait très souvent. C'est le plat national.

Le riz tel qu'il est préparé ainsi peut être servi avec du poisson ou de la viande.



Ingédients (6 pers.) :

Poulet :

6 morceaux de poulet
2 oignons
beurre
2 échalotes

2 gousses d'ail

soja

4 tomates

Beignets :

2 verres de farine

1 petite boîte de maïs

3 échalotes

2 oignons blancs

Sel

2 œufs

2 échalotes

Huile d'arachide

Riz :

6 verres de riz thaï
1 boîte de lait de coco
curcuma
2 ciboules
2 feuilles de laurier
2 feuilles de citron



Poulet :

Couper les oignons, les échalotes et l'ail en petits morceaux. Faire chauffer le beurre et y faire revenir les morceaux d'oignon et d'échalote. Saler et ajouter du soja. Y faire cuire ensuite lentement pendant environ 1 heure les morceaux de poulet en y rajoutant un peu d'eau pour éviter que le poulet n'attache.

per les échalotes en très petits morceaux. Egoutter le maïs en boîte. Rajouter dans la pâte le maïs, les échalotes, les oignons et les queues d'oignon. Bien remuer le tout. Faire bien chauffer l'huile d'arachide. Avec une petite louche, prendre de la pâte et la plonger doucement dans l'huile bouillante. Quand les beignets commencent à devenir dorés, les sortir et les poser quelque instants sur du papier absorbant pour les égoutter. Ensuite les maintenir au chaud.

Beignets :

Dans un saladier, mettre la farine et les œufs entiers. Bien remuer et ajouter de l'eau jusqu'à ce que le mélange soit bien homogène et pas trop liquide. Saler. Couper les oignons blancs en petits morceaux. Couper les queues d'oignons en rondelles fines. Cou-

Bien remuer. Chauffer le tout pendant quelques instants à feu doux jusqu'à ce que le mélange frémisse. Dans une couscoussière y faire cuire le riz. Si on n'a pas de couscoussière, mettre simplement le riz dans le mélange lait de coco.

Service : pour servir, mettre le poulet dans un plat et le décocher avec des quartiers de tomate. Dans un saladier mettre le riz chaud. Et dans un autre plat, présenter les beignets.

Riz :

Aplatir la ciboule. Dans une casserole, mettre le lait de coco, 2 cuillères à café de curcuma, la ciboule, les feuilles de laurier et de citron. Saler.

Un conseil : en Indonésie, on accompagne toujours ce plat de petits morceaux d'échalotes frites et craquantes qu'on trouve dans tous les magasins exotiques.



Ouerdia et Sadia, nos deux intervenantes algériennes, nous ont régalé de somptueux délices sucrés.

Deux recettes savoureuses, l'une simple et rapide à réaliser, pour terminer avec douceur le repas ou satisfaire l'appétit insatiable des goûters enfantins ; et l'autre, toute en délicatesse, pour les repas de fêtes en famille ou honorer des convives à qui vous témoignez amour et attention. Avec en commun l'authenticité de la tradition, Ouerdia et Sadia nous confirment également l'évolution des habitudes alimentaires d'une génération à l'autre : on ne cuisine pas pareil que nos mères et nos grands-mères, libre à chacun d'ajouter sa petite touche personnelle.

Sadia, qui est grand-mère depuis quelques heures à peine, nous explique qu'elle va faire des M'choueks pour fêter la naissance de son petit fils « qui est beau ». Cette préparation nécessite concentration, calme et patience : le mélange et le

pétrissage se font entièrement à la main et la sensation du toucher apporte une résonance vénérable à l'aliment.

Que d'offrandes et de partage ! Ces recettes et gourmandises nous sont offertes avec tant de sincérité et d'humilité !

Une fois encore, l'émotion était au rendez-vous...



Ouerdia : Gâteau au flan

Ingrédients :

Pour le gâteau :

4 œufs

1 verre de farine

1 verre d'huile de tournesol

1 c. à soupe de maïzena

1 sachet de levure

1 verre $\frac{1}{2}$ de noix de coco râpée

Pour le flan :

1 l de lait entier

2 sachets de flan

Cassez les œufs entiers, ajoutez l'huile et le sucre puis battez longuement jusqu'à blanchiment du mélange.

Ajoutez la noix de coco, la farine en 2 fois pour éviter les grumeaux et enfin la maïzena et la levure.

Faire cuire la pâte en deux

disques dans un moule à manqué à bords hauts à four moyen 10-15 min.

Dans une grande casserole, délayez les deux sachets de flan avec le lait puis cuire à feu doux jusqu'à consistance d'une crème pâtissière.

Démoulez les deux disques.

Sur le premier, saupoudrez de noix de coco râpée puis répartir la crème uniformément. Saupoudrez de nouveau d'un peu de noix de coco avant de placer le deuxième disque.

Décorez avec la noix de coco et placez au frais.



Sadia : M'chouek ou petits fours algériens

Ingrédients :

Farine

5 œufs

1 verre de sucre

400g d'astral

125 gr d'amandes

blanches concassées

1 sachet de sucre

vanillé

1 sachet de levure

Bigarreaux confits

Séparez les blancs des jaunes d'œufs.

Mélangez à la main les jaunes avec le sucre, ajoutez la margarine et malaxez toujours à la main jusqu'à complète dissolution de la matière grasse.

Ajoutez la levure, le sucre vanillé puis petit à petit la farine sans mesurer jusqu'à consistance d'une belle boule souple

et non collante. La pâte n'est pas pétrie, on la roule délicatement avec la paume de la main pour qu'elle conserve son élasticité et sa légèreté.

Laissez reposer un bon quart d'heure avant de façonner des petites boules de 3-4cm de diamètre.

Roulez ensuite dans le blanc d'œuf puis dans les amandes

concassées.

Disposez les M'chouek dans des petits moules en papier joliment décorés et agrémentez le sommet d'un soupçon de cerise bigarreau.

Le résultat est magnifique ! Cuire à four moyen une quinzaine de minute.