

# A TAVOLA CON ALGERIA DOMANI

24 aprile 2010

## CETRIOLI IN INSALATA

(Khiar Chladha B'na'na')

### Ingredienti

5 cetrioli teneri, 1 pomodoro, foglie di menta, sale, pepe, olio, aceto.

### Preparazione

Pelare, lavare e tagliare a fettine i cetrioli, cospargerli di sale e lasciare che perdano l'acqua su un piatto inclinato. Poi lavare, disporre su un piatto, tagliare a cubetti il pomodoro, cospargere di menta tritata, condire.

## INSALATA DI UOVA E ACCIUGHE

(Lentchouba B'toum')

### Ingredienti

2 peperoni rossi dolci senza semi e tritati finemente, 4 pomodori medi tritati,  $\frac{3}{4}$  tazza di cetriolo affettato, 2 piccole cipolle affettate finemente,  $\frac{1}{2}$  tazza di olive nere snocciolate e tagliate a metà, 6 filetti d'acciuga tritati, 2 uova sode tagliate in quarti, 1 cucchiaino di basilico fresco o cilantro (coriandolo), 3 cucchiari di olio d'oliva, 1 cucchiaino di aceto, sale e pepe a piacere.

### Preparazione

Mettete tutti gli ingredienti in una insalatiera capiente e mescolateli dolcemente. Potete servire questa insalata con pane pita.

## INSALATA DI FAGIOLINI

(Loubia)

### Ingredienti

$\frac{1}{2}$  kg di fagiolini verdi freschi, 4 tazze di acqua salata, 3 cucchiari di olio d'arachidi, 1 spicchio d'aglio schiacciato,  $\frac{1}{2}$  cucchiaino di cumino macinato,  $\frac{1}{4}$  cucchiaino di paprika,  $\frac{1}{4}$  cucchiaino di chiodi di garofano, 1 cucchiaino di mandorle sbucciate.

### Preparazione

Pulite ed incidete i fagiolini e sobbolliteli in acqua leggermente salata fino a che diventino appena teneri (per circa 30-45 minuti). Scolateli e versateli in un piatto da portata. Mettete gli ingredienti rimanenti (fatta eccezione per le mandorle) in una casseruola a fuoco medio e cuocete per 2 minuti, mescolando costantemente. Aggiungete le mandorle e mescolate brevemente per amalgamare il tutto. Versate il composto con l'olio sopra i fagiolini e scuotete dolcemente il piatto da portata fino a che i fagioli siano completamente ricoperti dalla salsa.

## COUSCOUS ROYAL

È la versione “ricca” del couscous tradizionale, da cui si distingue per la varietà di carni.

### Ingredienti (dose per 6 persone)

Oltre a quanto già previsto per il couscous tradizionale, aggiungete 1 pollo, 6 cotolette d'agnello (oppure spiedini d'agnello), 6 merguez.

Per le polpette: 500g di spalla d'agnello, 1 uovo, 1 cipolla, 1 mazzetto di erbe aromatiche, coriandolo, pepedi Caienna, cumino, sale e pepe q.b.

### Preparazione

Procedete come nella ricetta precedente, e dopo 1 h di cottura aggiungete allo stufato d'agnello il pollo tagliato a pezzi. Preparate ora le polpette: tritate la carne, la cipolla e le erbe aromatiche, aggiungete l'uovo e le spezie e formate delle polpette grandi come piccole mele. Doratele in padella in un filo d'olio, poi completate la cottura coperte a fuoco lento. Intanto grigliate le costole d'agnello e le merguez e disponetele su un letto di insalata. Servite il couscous con la carne stufata al centro, e separatamente le carni grigliate, le polpette, il brodo e l'harissa.

## CROCCHETTE DI PATATE

(Ma cqouda)

### Ingredienti

1kg patate, 2 cipolle, 3 uova, 1 mazzo prezzemolo, cannella, pepe nero, sale.

### Preparazione

Lavate bene le patate e fatele cuocere in acqua salata,

Dopo la cottura spelatele e passatele ancora calde al passe-vite o schiacciatele con la forchetta.

Aggiungete le uova, la cipolla grattugiata, il prezzemolo tritato, pepe e cannella e mescolate il tutto. Fate delle polpette che appiattirete nel palmo della mano per formare una sorta di gallette del diametro di 5cm, poi passatele nella farina e frigete e servite calde o fredde.