



Vous propose 5 recettes pour fêter la nouvelle année iranienne !

Happy Norouz « نوروز »

A l'occasion de la sortie de *No land's song*, et du nouvel an iranien, le lundi 21 mars 2016 jour2fête vous propose des recettes des mezzes traditionnels pour accompagner un verre d'Arak.

En Iran, Norouz est la grande fête nationale, célébrée par tous, qui est l'occasion de vacances annuelles et de retrouvailles des familles autour de ce moment privilégié de l'année.

خيار و ماست

Masht-o Khiyaar : Sauce de concombres aux noix grillées

- 2 ou 3 yaourts nature
- 1 concombres
- 2 cuillères à soupe de noix
- 1 cuillère à soupe d'aneth
- 1 cuillère à soupe de menthe
- 3 cas de raisins de Corinthe
- Sel et poivre du moulin



1. Passer les yaourts au tamis de manière à obtenir environ 250g de yaourt épais à la fin.
2. Faire griller brièvement les noix dans une petite poêle, sur feu moyen. Laisser refroidir.
3. Mélanger le yaourt, les aliments hachées : l'aneth, la menthe, les noix, les raisins, le sel et le poivre avec les concombres. Laisser reposer pendant 1 heure

بادمجان کشک

Kashk-é-bademjan :
Purée d'aubergine à l'iranienne

- 3 ou 4 aubergines
- 2 oignons de taille moyenne
- 1 c à soupe de menthe séchée
- 1 pincée de curcuma
- 2 c à soupe d'huile
- 1 échalote
- 3 c à soupe de yaourt
- 1 poignée de noix



1. Piquez les aubergines de quelques coups de couteau (pour éviter qu'elles n'éclatent) et passez les sous le grill en le tournant régulièrement jusqu'à ce qu'elles soient brûlées en surface. Laissez tiédir.
2. Pendant ce temps, faites revenir les oignons hachés dans l'huile. Quand ils sont translucides, ajoutez la menthe séchée et le curcuma.
3. Quand les aubergines ont tiédi, ouvrez les au couteau et raclez la chair à l'aide d'une cuillère. Récupérez la chair dans un bol, pressez un peu pour éliminer le jus amer, puis hachez grossièrement (au ciseau, ou au presse-purée). Ajoutez la chair hachée des aubergines aux oignons revenus et faites encore revenir quelques minutes.

سَمبوسه

Singara : **Samosa iranien**

1 sachet de feuilles de brick

1/2 courgette

1 carotte

2 oeufs

1/2 bûche de chèvre

2 cuil. à soupe de persil ciselé

20 g de beurre

sel, poivre



1. Pelez et râpez la courgette et la carotte. Faites chauffer une poêle avec le beurre et placez-y ces légumes en mélangeant pendant au moins 5 min, de façon à ce qu'ils perdent leur eau.
2. Placez-les dans un saladier. Ajoutez le fromage de chèvre émietté, 1 seul oeuf légèrement battu, le persil. Salez, poivrez, et mélangez longuement.
3. Coupez une feuille de brick en 2. Repliez la partie ronde afin d'obtenir une bande de pâte d'environ 7 cm de large.
4. Préchauffez votre four à 180°C. Placez une cuil. à café de préparation aux légumes dans un coin de la bande. Repliez-la plusieurs fois sur elle-même pour former un triangle, puis coincez la feuille dans un pli pour que le samossa ne s'ouvre pas pendant la cuisson.
5. Badigeonnez une face des samossas avec le second oeuf battu. Placez-les sur une grille de four, pliure en dessous. Enfournez pour 20 min. Au bout de 10 min de cuisson, retournez les brick et poursuivez la cuisson normalement.

برگ دلمه

Dolmeh barg : Feuilles de vigne farcies



500 gr Viande hachée
250 gr Riz basmati
75 gr Pois cassés
500 gr Feuille de vigne
1 Oignon
75 gr Persil, estragon
Epines-vinettes ou
Raisins secs
3 cuillères à soupe
1 c à café de Curcuma

1. Mettre tous les ingrédients dans un saladier (viande hachée, riz, pois cassés, épine-vinette, raisins secs, préalablement laver et égoutter, et fines herbes ciselées
2. Eplucher, laver et hacher l'oignon et ajouter le sur votre viande. Assaisonner (curcuma, sel, poivre) et mélanger.
3. Disposer au fond de la cocotte quelques feuilles de vigne, sorties du bocal, les rincer abondamment et égoutter.
4. Il ne reste plus qu'à farcir les feuilles de vigne.
5. Poser les feuilles de vigne farcies, côte à côte et remplir la cocotte.
6. Les arroser d'un filet d'huile et 1 verre d'eau. Couvrir et laisser cuire 1 heure à feu doux.

برنجی نان

Naan Berenji : **Biscruit Iraniens à la rose**



250g de farine de riz
100g de sucre glace
100g d'huile végétale
1 oeuf
60ml d'eau de rose
graines de pavot

1. Dans un bol, ajouter le jaune d'oeuf et le sucre glace tamisé, bien mélanger puis ajouter l'huile, mélanger jusqu'à obtenir un appareil homogène.
2. Dans un autre bol, monter le blanc en neige bien ferme.
3. Ajouter délicatement le blanc en neige à l'appareil précédent. Ajouter l'eau de rose et tamiser la farine, bien mélanger.
4. Couvrir et laisser reposer pendant 24 heures au frais.
5. le lendemain, sortir la pâte et former des petites noisettes de pâte, j'ai choisi de faire de petits biscuits mais on peut très bien en former des plus grands. Former des petites boulettes, les déposer sur une plaque avec papier sulfurisé et les aplatir. Décorer chaque biscuit avec des graines de pavot et former des petites grilles avec le dos d'une fourchette. Une fois les biscuits prêts, cuire dans un four préchauffé pendant une vingtaine de minutes à 180°. Bien surveiller la cuisson, il faut en effet que les biscuits aient durcis mais qu'ils restent blancs.

L'arak :



L'**arak**, est une eau-de-vie de vin traditionnellement consommée et produite uniquement dans le Croissant fertile. Cet alcool que l'on boit au cours d'un repas, et plus particulièrement pour accompagner le traditionnel mezzé libanais. Il peut se boire en apéritif voire en digestif (dans ce dernier cas, il est consommé pur, sans adjonction d'eau ni de glaçons). L'arak est donc une eau de vie qui s'obtient par la distillation du jus de raisin dans les alambics. Au cours de distillation, des graines d'anis sont ajoutées pour concentrer les arômes et on procède ensuite à son vieillissement.

<http://www.libanmarket.fr>

<http://www.cavisteduliban.fr>

<http://www.lagrandeepicerie.com>