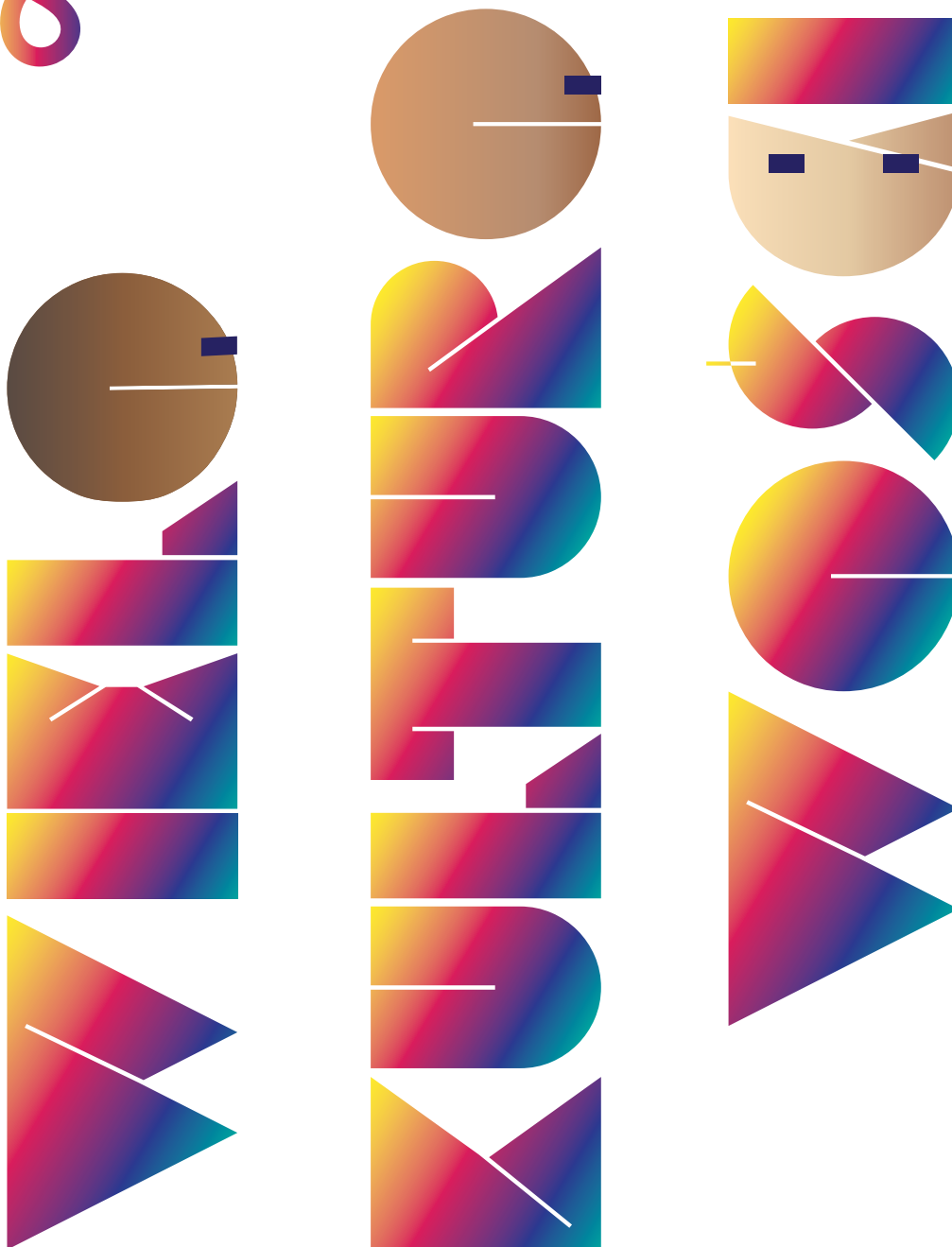


Smaki



# ALGERIA

autor: Boubekeur Rouane

## o mnie

Obecnie pracuję w Shell Business Operations. Jedzenie to dla mnie prawdziwa przyjemność, zwłaszcza, gdy mogę je dzielić z przyjaciółmi i rodziną.

Gotowanie nie jest moją silną stroną, ale próbowanie różnych potraw, a także dzielenie się tradycyjną kuchnią z ludźmi, którzy pasjonują się kuchnią, sprawia, że chcę dowiedzieć się jeszcze więcej o gotowaniu.

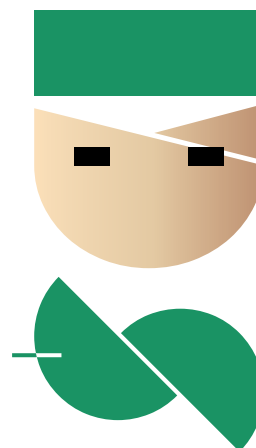
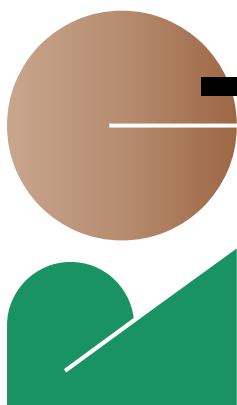
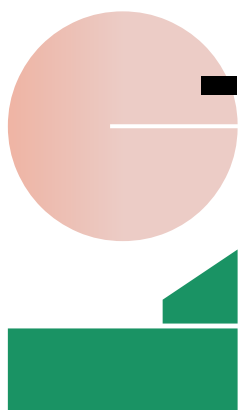
Odkąd mieszkam w Europie, szczególnie przypadła mi do gustu kuchnia gruzińska i bułgarska, choć na zawsze moim ulubionym jedzeniem pozostanie to, które przygotowywała moja mama i babcia (spod ich rąk wychodziły naprawdę magiczne rzeczy).

## wprowadzenie

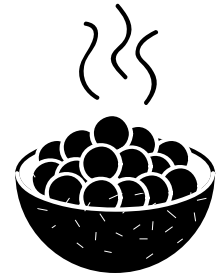
Korzeni kuchni algierskiej można szukać w berberyjskich tradycjach kulinarnych. Przez stulecia pozostawała następnie pod wpływem tureckich, hiszpańskich i francuskich kuchni.

Kuchnię Algierii można określić jako bogatą mieszankę śródziemnomorskich smaków i zapachów. Charakteryzuje ją przede wszystkim różnorodność ziół i przypraw (szafranu, kminku, kolendry, mięty, tymianku, bazylii, pieprzu, cynamonu...), które wzbogacają smak zupy, sosu lub mięsa.

Do tego ebooka wybrałem moje ulubione potrawy, które przynoszą mi radość i budzą wspomnienia.



# MTEWEM Z BIAŁYM SOSEM



*Mteuem to moje ulubione algierskie danie. Kiedy moja mama zabiera się za gotowanie i pyta: co zjesz na kolację? – odpowiadam: Mteuem (i moje życzenie się spełnia).*



*Mteuem to bardzo popularne, typowo algierskie danie. Potrawa, które narodziła się za czasów dawnej świetności Królestwa Algieru.*

*Można je nazwać po prostu MTEWEM lub pełną oryginalną nazwą: Mteuem El Raïs w odniesieniu do wielkich Korsarzy, którzy dawniej panowali nad Algierem.*

*MTEWEM to danie, które zachwyci wielbicieli czosnku, ponieważ duża jego ilość nadaje mu smak i osobliwą specyfikę w porównaniu do innych potraw algierskich. To tradycyjne danie jest jednym z listy dań podawanych w białym sosie w kuchni algierskiej (\*w kuchni algierskiej używa się dwóch typów sosów: biały i czerwony). Najbardziej lubię Mteuem z kurczakiem, chociaż najbardziej popularny jest ten podawany z kozim mięsem.*

## składniki

- 1 kurczak, pokrojony na kawałki
- 250 g mięsa mielonego
- 6 ząbków czosnku
- 100 g ciecierzycy
- 100 g całych migdałów (ja wolę danie bez tego składnika)
- 1/2 łyżeczki do 1 łyżeczki czarnego pieprzu
- Lubię dodać 1/2 łyżeczki cynamonu
- 1/2 łyżeczki kminku
- 3 łyżki oleju i soli

## sposób przyrządzenia

Umieść kawałki kurczaka w głębokiej patelni posmarowanej gorącym olejem lub masłem, dodaj zmiądzony czosnek, czarny pieprz, kminek i sól, po 3 minutach na ogniu podlej niewielką ilością wrzącej wody, dodaj ciecierzycę, migdały i gotuj. Po 5 minutach dodaj więcej wrzącej wody do mięsa i gotuj przez kolejne 10-15 minut.

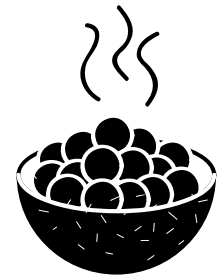
Drugi etap to przygotowanie kulek mięsnych. Przygotuj farsz z mięsem mielonym: dodaj 2 ząbki zmiądzonego czosnku, 1 szczyptę kminku, sól i jajko, wymieszaj wszystko razem, uformuj małe kulki.

Zanurz klopsiki w sosie mięsny (z kurczaka), który jest już gotowy i gotuj na wolnym ogniu, aż klopsiki ugotują się do perfekcji. Posyp talerz migdałami.

Uwaga: Możesz zastąpić kurczaka innym mięsem. Możesz podawać danie samodzielnie lub z białym ryżem.

Smacznego!

# TADJINE ZITOUNE



## KURCZAK Z OLIVKAMI

30min  
+ 40min gotowania,



*Wciąż pamiętam tę pyszną mieszankę smaków i jej zapach, kiedy danie ląduje na stole. Tajine zitoune lub algierski kurczak z oliwkami to bardzo popularne danie, szczególnie w okresie Ramadanu. Biały sos pachnie cynamonem a jego smak podkreśla Akda (mieszanka przypraw). W tym przepisie używam marchewki, ale tradycyjna receptura ich nie zawiera.*

### składniki

- 1 kurczak, pokrojony na kawałki
- 2 posiekane cebule
- 1 ząbek czosnku (opcjonalnie)
- 3 marchewki
- 500 g zielonych oliwek bez pestek
- olej i trochę masła
- sól
- biały i czarny pieprz
- 1 laska cynamonu
- 1 łyżeczka cynamonu w proszku
- 1 pęczek posiekanej świeżej pietruszki
- 1 kostka bulionu drobiowego (opcjonalnie)
- sok z cytryny
- 1 żółtko jaja

### sposób przyrządzenia

W garnku lub tadzinie podgrzej olej i masło (możesz użyć tylko oleju) lub smen (masło klarowane); Dodaj posiekaną cebulę  
Dodaj kawałki kurczaka oraz marchewkę pokrojoną w plasterki;  
Dołóż zmiądzony czosnek i przyprawy oraz połowę pęczku pietruszki.  
Podlej wodą (niez wielką ilością), rozpuść kostkę bulionu drobiowego (opcjonalnie) i gotuj na wolnym ogniu.

W międzyczasie,

Wybiel oliwki we wrzącej wodzie przez 7 minut, dwukrotnie zmieniając wodę.

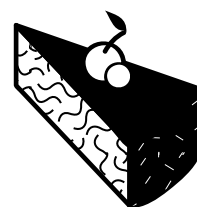
Na niedopieczonym jeszcze kurczaku rozłóż oliwki i kontynuuj gotowanie.

Kiedy kurczak się ugotuje, odłóż trochę sosu (2 łyżki stołowe), przełóż do miski, a następnie ostudź, dodaj żółtko, 2 łyżeczki posiekanej świeżej pietruszki i podlej sokiem z cytryny.

Ubij całość widelcem, a następnie dodaj mieszaninę przypraw (w Algierii nazywamy ją AKDA) do sosu i wymieszaj na gładką masę drewnianą łyżką, a następnie gotuj całość nie dłużej niż 1 minutę, a następnie natychmiast zdejmij z ognia.

Posyp posiekaną natką pietruszki i podawaj na gorąco.

# TAMINA



15 min  
+ 15 min pieczenia

*Powodem, dla którego wybrałem ten tradycyjny tort jest to, że przypomina mi rodzinne uroczystości i szczęśliwe dni. Tamina przygotowywana jest w Algierii na różne uroczystości, głównie z okazji narodzin dziecka, ale także małżeństwa, a nawet uczczenia zdanych egzaminów, aby podzielić się sukcesami z naszymi gośćmi.*

## składniki

- 300 g semoliny średniej (kasza manna)
- 150 ml miodu
- 150 g cynamonu
- masło
- garść orzechów pekan

## sposób przyrządzenia

Trzy kluczowe składniki tego soczystego ciasta to: palona kasza manna, miód i masło.

Podgrzej patelnię na średnim ogniu.

Dodaj ziarna semoliny, praż aż zbrązowieją, ciągle mieszając drewnianą łyżką.

Po upieczeniu semoliny zdejmij ją z ognia i przełóż do miski.

Roztop masło, dodaj miód i podgrzej razem przez około 5 minut.

Od razu wymieszaj kaszę z powstałą gorącą mieszanką.

Przełóż na talerz i wygładź powierzchnię.

Udekoruj orzechami i cynamonem.

Bon appétit!



# Centrum Pomocy Prawnej Im. Haliny Nieć

## *kim jesteśmy*

Od 16 lat działamy na rzecz ochrony praw człowieka świadcząc bezpłatną pomoc prawną cudzoziemcom, uchodźcom i bezpaństwowcom. Jako prawnicy pracujemy na co dzień w wielokulturowym środowisku, które za pośrednictwem tego ebooka chcielibyśmy wam pokazać „od kuchni”. Poznawanie zwyczajów i jedzenia innych narodów jest doskonałym sposobem na budowanie bardziej otwartego społeczeństwa!

W naszym cyklu „Smaki wielokulturowości” co miesiąc ukazuje się nowy, darmowy ebook z przepisami z innego kraju. Jeżeli podoba ci się to co robimy, będzie nam miło jeśli wesprzesz działalność stowarzyszenia dowolną darowizną:

**Nr konta: 65 1160 2202 0000 0000 4950 8531 (Bank Millennium S.A.).**

**Wystarczy, że wpłacisz 10, 20, 50 zł – każda kwota ma dla nas ogromne znaczenie! Dzięki zebranych środkom, będziemy mogli nadal kontynuować naszą misję pomocy uchodźcom. Serdecznie dziękujemy za każdy gest wsparcia!**

[www.pomocprawna.org](http://www.pomocprawna.org)  
[www.facebook.com/pomocprawna.org](https://www.facebook.com/pomocprawna.org)  
[twitter.com/CPPHN](https://twitter.com/CPPHN)  
[www.youtube.com/user/CentrumPomocyPrawnej](https://www.youtube.com/user/CentrumPomocyPrawnej)



Fundusz Obywatelski

Inicjatywa wspierana jest przez Fundusz Obywatelski  
zarządzany przez Fundację dla Polski