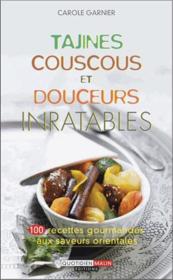
[](http://www.images-chapitre.com/ima1/original/466/61887466_11688880.jpg)**Tajines, couscous et douceurs inratables : 100 recettes inratables**

**Carole Garnier**

Editions Leduc.s (quotidien malin)

208 pages

6 euros (3,99)

9782848997216

<http://www.chapitre.com/CHAPITRE/fr/BOOK/garnier-carole/tajines-couscous-et-douceurs-inratables-100-recettes-gourmandes-aux-saveurs-orie,61887466.aspx>

*23 juin 2004*

Préfacé par Chems-eddine Hafiz, vice-président du conseil français du culte musulman et représentant de la Grande Mosquée de Paris, ce petit ouvrage culinaire devrait répondre aux habitudes alimentaires des Musulmans de France mais satisfaire également tous les amateurs de cuisine maghrébine, curieux d’exotisme, de mélanges sucrés-salés et d’épices orientales. L’auteur, journaliste nutrition met en avant l’aspect **convivial, coloré et accessible** d’une cuisine simple et saine, souvent équilibrée (hormis les desserts peut-être), chaleureuse et sans chichis, sympathique, en bref et capable de vous faire voyager sans vous ruiner.

Aussi vous ne devriez pas hésiter longtemps à tester les **100 recettes proposées**. C’est plutôt le choix qui prendra du temps, tant les plats proposés semblent regorger de saveur et donnent envie d’être cuisinés. Ca tombe bien, c’est l’été et le temps s’étire, comme les invitations.

Dans une 1ère partie, les lecteurs pourront découvrir les fondements de cette cuisine méditerranéenne, les principaux ingrédients qui la composent et l’essentiel des épices à se procurer pour ne pas dénaturer les saveurs originelles (classement alphabétique pratique pour se repérer). Ensuite, des conseils pour l’achat éventuel d’ustensiles tels le couscoussier, ou le plat à tajine puis la technique de pliage pour les feuilles de brick ou de pâte de filo (avec schémas à l’appui) feront rapidement de vous un professionnel de ce type de cuisine. Ajoutez à cela quelques informations sur le ramadan et vous voilà pleinement au cœur de la culture maghrébine, prêts à vous imprégner de l’ambiance et des parfums.

Des soupes froides ou chaudes (*soupe aux langues d'oiseaux, harira, chorba*), aux salades rafraîchissantes, en passant par les incontournables plats traditionnels, couscous (*poisson, agneau, poulet, merguez, veau, végétarien)*, pastillas, briouates et tajines (*canard, veau aux pruneaux, bœuf aux poires, zitoune…),* vous pourrez facilement alterner entre tradition et originalité sans risquer l’échec puisque tous les plats sont garantis inratables. Rassurant, non ? Il est à parier enfin que vos invités et vous-même aurez du mal à résister aux desserts ultra-gourmands (un peu caloriques, certes) à base de pâte d’amande, de sucre et de miel *(baklavas, cornes de gazelle, loukoums, makrouds, sfouf, chamia…)*

C’est certain, voilà une cuisine capable de rivaliser avec notre cuisine traditionnelle, le voyage et la couleur, en plus.

Cécile Pellerin