

## Quelques recettes pour Pessah

Les traditions varient d'une famille à l'autre, d'une région géographique à l'autre et entre ashkénazes et sépharades

### ***Harosset ashkénaze (pour 8 à 10 personnes) :***

250gr de noix concassées  
2 pommes épluchées et râpées  
1 zeste de citron non traité  
1 cs de jus de citron  
2-3 cs de sucre  
2-3 cs de vin rouge doux  
cannelle en option

mélanger les ingrédients et laisser reposer quelques heures couvert d'un film alimentaire.

### ***Harosset sépharade (pour 8 à 10 personnes)***

100gr de noix concassées  
100gr d'amandes concassées  
200gr de dates dénoyautées et coupées en petits morceaux  
200gr de raisins secs  
1 cc de poudre de gingembre  
1 cc de poudre de clous de girofle  
1 cc de poudre de cannelle  
2 cs de sucre roux  
2-3 cs de jus d'orange  
grains de grenade en option

mélanger les ingrédients et laisser reposer quelques heures couvert de film alimentaire.

### ***Sauce au raifort aux betteraves rouges (pour accompagner le gefilte fisch) (pour 8 à 10 personnes)***

1 racine de raifort fraîche, épluchée et râpée (ou un bocal de 200gr de raifort râpé)  
3 betteraves cuites, épluchées et râpées, environ 200gr  
1 cs de sucre roux  
1,5 dl de vinaigre de vin blanc

mélanger les ingrédients et laisser reposer quelques heures couvert de film alimentaire.

- Attention aux yeux en râpant le raifort.
- Ajouter un peu de vinaigre si le mélange est trop sec

### **Soupe de poulet et boulettes de matzah (pour 8 à 10 personnes)**

**Soupe** dans un très grand faitout:

1 gros poulet (2 kg) et ses abats (sauf foie)  
5 carottes  
5 poireaux  
1 céleri  
2 oignons  
5 tiges de persil  
2 cs d'huile d'olive  
sel, poivre

Couper le poulet en 8 morceaux, faire dorer dans l'huile d'olive pendant 10 minutes, ajouter le cou et l'estomac.

Ajouter 2 litres d'eau chaude et porter à ébullition. Ecumer, baisser le feu et cuire à petits frémissements pendant 1 heure. Ajouter les légumes épluchés et coupés en gros tronçons et 1 litre d'eau chaude. Cuire encore  $\frac{3}{4}$  d'heure, ajouter les brins de persil, le sel et le poivre.

Servir la soupe chaude avec 2-3 boulettes de matzah par personne. Le poulet sera consommé à un autre repas.

### **Boulettes de matzah (kneidlach)**

150gr de farine de matzah  
2 œufs  
2 dl de bouillon de poule ou d'eau chaude  
 $\frac{1}{2}$  cc de sel  
 $\frac{1}{2}$  cc de poivre moulu  
2 cs d'huile neutre (tournesol)

Battre légèrement les œufs, mélanger les ingrédients, ajouter un peu de bouillon si la pâte est trop sèche, laisser reposer plusieurs heures au frais recouvert d'un film alimentaire.

Façonner de petites boulettes de 2 cm dans les mains, compter 2-3 boulettes par personne.

Déposer délicatement les boulettes dans la soupe chaude, laisser gonfler 10-15 minutes à tout petits frémissements. Sortir les boulettes dès qu'elles remontent et les servir dans la soupe avec les tronçons de légumes et quelques pluches de persil.

## ***Poulet rôti épicé farci aux matzot\* (pour 4 personnes)***

### **Farce aux matzot :**

2 à 3 matzot  
125 ml de bouillon de poule ou d'eau chaude  
1 cs d'huile d'olive  
1 gros oignon haché  
2 branches de céleri finement hachées  
sel/poivre  
½ cc de cumin  
¼ cc de curcuma  
1 cs de persil frais  
1 œuf battu

### **Poulet épicé :**

1 poulet 1,6 à 1,8kg  
1 citron  
sel/poivre  
1 cc de cumin moulu  
¼ cc de curcuma  
1 cs d'huile d'olive  
1 oignon en rondelles  
persil

### **Farce :**

Mouiller la matzah émietlée avec le bouillon ou l'eau chaude, laisser absorber.  
Faire revenir l'oignon et le céleri, saler, poivrer, ajouter le cumin et le curcuma, laisser colorer.  
Ajouter la matzah, le persil et l'œuf battu. Réserver.

### **Poulet :**

Frotter le poulet avec le jus de citron, intérieur et extérieur, assaisonner de cumin, curcuma, sel et poivre. Farcir le poulet et le déposer dans un plat pour le four sur un lit d'oignons, arroser d'huile d'olive.  
Enfourner à 200° pour 1 heure à 1 1/2h. A mi cuisson, ajouter 1dl d'eau dans le plat.

Pour servir, faire réduire le jus de cuisson et saupoudrer d'un peu de persil ; la farce peut être présentée à part.

\*recette tirée de « Cuisine juive autour du Monde », Elisabeth Wolf Cohen, éditions Könemann, Köln, 2000.

## **Gefilte Fisch (pour 8 à 10 personnes)**

Réalisation de la recette 1 à 2 jours avant le Seder, les boulettes cuites doivent reposer au froid pendant une nuit au minimum.

Ces boulettes peuvent être congelées, utiliser du poisson frais, non dégelé.

1kg de filets de carpe sans peau, bien désarrêtés, utiliser une pincette pour débarrasser le poisson de toutes les arrêtes.

500 gr de filets de perche sans peau

500 gr de parures de carpe (têtes, arrêtes)

4 gros oignons

3 œufs

sel/poivre

2 cs de sucre (version « polonaise », en option)

5 grosses carottes, en rondelles

2 tiges de céleri

100gr de farine de matzah

Fumet de poisson :

Couper 2 oignons en rondelles, mettre les parures de poisson, les oignons, la moitié des rondelles de carottes et le céleri en tronçons dans un faitout. Couvrir d'eau froide et cuire à petits frémissements pendant 1 heure. Saler et poivrer.

Préparer les boulettes :

Passer la chair des poissons au mixer en plusieurs fois, garder au frais.

Emincer fin 2 oignons, battre les œufs, ajouter la farine de matzah et le poisson, saler, poivrer, ajouter le sucre, bien mélanger et laisser reposer au minimum 1 heure au frais.

Cuisson :

Façonner des boulettes dans les mains ou avec 2 cuillères à soupe. Compter 2-3 boulettes par personne.

Chauffer le fumet de poisson, déposer les boulettes dans le fumet et cuire à très petits frémissements pendant 3/4h à 1 heure. Ajouter le reste des carottes à mi cuisson.

Laisser refroidir dans le fumet de poisson. Déposer les boulettes dans un plat, ajouter du fumet de poisson dans le fond du plat, (ce fumet va gélifier), recouvrir chaque boulette de sa « kipa » de carotte et décorer de persil avant de servir.

Servir le Gefilte fisch avec le raifort aux betteraves.

## Desserts de Pessah

### ***Gâteau aux amandes et au chocolat***

180gr d'amandes moulues  
5 œufs  
80gr de sucre  
zeste d'une orange non traitée  
2 cs de liqueur d'orange (style Grand-Marnier)

Préchauffer le four à 180°.

Battre les jaunes d'œufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse, ajouter le zeste d'orange, la liqueur et la poudre d'amandes.

Monter les blancs en neige ferme et ajouter au mélange.

Beurrer un moule à charnière, verser le mélange et cuire à 180° pendant 30 à 40 minutes. Le gâteau doit être légèrement souple.

Laisser refroidir le gâteau ¼ heure et le retourner sur une grille.

Glacer avec 150gr de chocolat noir.

### ***Compote de fruits secs (pour 8 à 10 personnes)***

A préparer 1-2 jours à l'avance  
300gr d'abricots secs  
300gr de pruneaux secs dénoyautés  
300gr de rondelles de pommes sèches  
100gr de raisins secs  
3dl de jus d'orange  
3 cs de sirop de canne ou 100gr de sucre

Mélanger les ingrédients, laisser reposer.  
Servir avec de la glace à la vanille.

### ***Macarons à la noix de coco (pour 8 à 10 personnes)***

250gr de sucre glace  
250gr de noix de coco râpée  
1cc de sucre vanillé  
4 blancs d'œufs  
1cc de jus de citron

Battre les blancs en neige ferme, incorporer le sucre glace sans cesser de battre. Incorporer délicatement la noix de coco, le sucre vanillé et le jus de citron par petites quantités.

Mettre le mélange dans une poche à douille (ou dans un sac plastique dont on coupe un angle) et déposer des petits tas de 2-3 cm sur la plaque du four recouverte de papier sulfurisé ou d'un tapis de cuisson en silicone.

Cuire à 150° pendant 45 minutes. Les biscuits doivent être secs et un peu dorés sur le dessus.

### ***Macarons à la framboise\* (pour 20 macarons)***

190gr de poudre d'amande  
310gr de sucre glace  
150gr de blanc d'œuf  
95gr de sucre  
quelques gouttes de colorant alimentaire rouge  
200gr de gelée de framboises  
Framboises fraîches pour décorer

Préchauffer le four à 150°.

Tamiser la poudre d'amandes et le sucre glace et mélanger.

Battre les blancs en neige en ajoutant le sucre en 3 fois, ajouter le colorant alimentaire.

Mélanger les amandes, le sucre glace et les blancs d'œufs battus, jusqu'à ce que le mélange soit lisse et brillant.

A l'aide d'une poche à douille lisse dresser les macarons sur une plaque recouverte de papier sulfurisé et laisser sécher 30 minutes.

Cuire 12 à 13 minutes à mi hauteur, laisser refroidir et détacher délicatement.

Farcir de la gelée de framboises et couvrir d'un second macaron.

A manger le jour même.

D'autres recettes de macarons dans le même ouvrage.

\*Recette tirée de « Macarons » Hachette pratique, Paris 2007.

### ***Fondant au chocolat aux amarettis\****

250gr de chocolat noir (type ménage)  
180gr d'amarettis secs émiettés (1 paquet)  
50cl de crème

Faire fondre le chocolat avec la crème, bien lisser le mélange, ajouter les miettes d'amarettis, mélanger et verser dans un petit moule à cake chemisé de film alimentaire. Faire prendre au froid pendant quelques heures.

\*Vérifier l'absence de farine dans la composition des amarettis.