



**LIVRE DE  
RECETTE DES  
VOLONTAIRES**

**UnisCité**

UNE RÉALISATION FAITE PAR : MILGO, NOOR,  
MARYEM, MARYAM, MAJDI, JAWID, FARHAD,  
ABDALLAH, DAVID, ABDULAH





## ( Dolma )

on a besoin de :

Trois aubergines

Trois oignons

Trois Pomme de terre

Cinq tomates

un Kilogramme de viande haché

deux tasse de riz

une petite cuillère de curcuma

de sel et une cuillère de pâte de tomate.



D'abord, éplucher les oignons, les mettre dans une casserole avec de l'eau et les faire bouillir pendant dix minutes.

et puis on met le riz avec la viande dans une saladière on mélange avec le sel, le curcuma et la pâte de tomate

ensuite on met le mélange à l'intérieur des légumes et à la fin on met les légumes une casserole mais on doit mettre l'aubergine en premier, puis le reste des légumes, met l'eau au niveau de ~~casserole~~ et on laisse une heure.

Noor





## - DUMPLINGS

- un Saladier.
- une râpe pour cuisiner. Pour râper
- 3 des oignons
- 3-4 Pommes de terre
- 3 des œufs
- du Sel
- 2 Louche de Farine
- il faut mélanger tous ensemble dans le saladier
- un poêle
- d'huile

mette un poêle sur la gazinière mette un quart d'huile laisser du temps pour chauffer ensuite prends la louche mette petite petite laisser pendant 2 minutes après tourner l'autre côté et jusqu'à ce bien cuites 😊!

Cordialement  
Abdallah,



## Pour faire biryani

### Le besoin de faire biryani

- \* Assez de riz
- \* Assez de sel
- \* Assez d'huile
- \* oignons trois
- \* piments Deux
- \* Tomate Trois
- \* L'ail Deux ou trois
- \* La viande de Bœuf etc
- \* Il y a un truc special et ca s'appelle Biryani

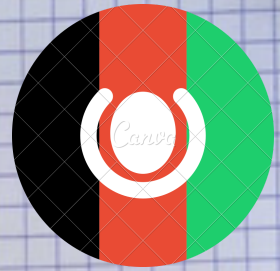
=

1. Couper la viande, oignons, piments, tomates, ail,
2. mettre d'huile avec oignons dans une casserole et attendre 7.5 min
3. apres mettre le piment et le sel avec
4. Ensuite mettre la viande et l'ail avec et attendre 2.5 min + mixer
5. apres melanger la tomate et le biryani attendre 10-15 min avec

=

6. ensuite faire bouillir de l'eau dans une casserole et apres melanger le riz avec et attendre 15 min apres prendre le riz sans le Peak
7.  $\Delta$  Faire a baisser le feu.
8. Et apres melanger le riz avec la sauce dans une casserole et mettre le couvercle sur la casserole et attendre 25 min.

Fabhal





Mariem

## Mini Balbouts

⇒ dans un saladier on met tout les ingrédients pour faire la pâte

- 500g de la farine
- une petite cuillère de sel
- ● 5 grande cuiller de huile d'olive
- un peu de thym
- on mélange tout et après on verse de l'eau avec une grande cuiller de mesure de boulanger
- ~~on~~ laisse la pâte à reposer 30 min


⇒ pour la sauce qui en va met dedans dans un poêle on met

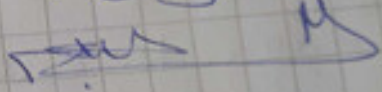
- ⇒ 2 oignon coupé + 2 ail rapé avec un peu de ● coriandre coupé
- après un peu de sel et de poivre et de curcuma et de piment fort moulu en même temps
- après on met la poitrine de poulet coupé dans 5 min on met 2 poitrine coupé



GOODS  
USB 3.1  
802.11ac  
Better graphics performance  
Reversible Type-C connector  
Faster wireless  
Qualcomm™ Certified for Windows  
Power-off USB charging

• Intel® Core™ i5-7200U 2.5GHz with Turbo Boost up to 3.1GHz  
• NVIDIA® GeForce® GTX 950M with 2 GB Dedicated VRAM

- on laisse la sauce a cuire 15 min
- apres on prend la pate pour faire des petits cercles dans un poele une cuiller des cercles de la pate.
- en coupe les cercles la moitié 
- et on met la sauce dedans avec la feuille de salade.

Mariam  






2 oignons, 1 gousse d'ail, 1 poivron vert  
2 à 3 pomme de terre, l'huile,  
300g de viande de mouton, 1 verre d'eau,  
2 tomates / purée de tomates, sel.

---

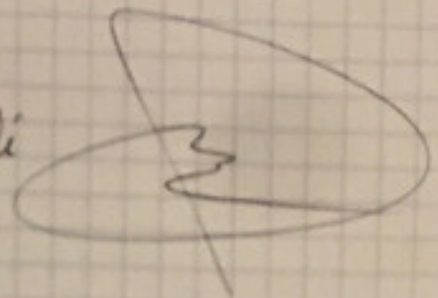
## Recette de Majdi

- 1/ peler l'oignon et l'ail puis les amincer
  - 2/ couper les poivrons en dés les déposer dans la cocotte et aussi l'oignon et l'ail et l'huile.
  - 3/ couper la viande et déposer dans la cocotte.
  - 3/ verser les tomates puis mélanger les et laisser à 15 minutes
  - 4/ ajouter un peu de sel et 1 verre d'eau puis mélanger à 5 minutes.
  - 5/ fermer la cocotte et faire cuire durant 30 à 37 minutes en basse de la température.
- 

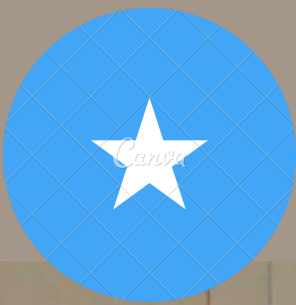
⊗ Riz ⊗ — faire l'eau chaude et ajouter un peu de l'huile et peu de sel puis déposer le riz et fermer la cocotte faire durant 15 à 20 minutes  
40°C

⊗ attention le riz non pas avec cocotte de la viande ⊗

Majdi







milgo

Recettes un plat en somalie

### Sauce

- 3 Cuillère à soup d'huile d'oil live
- 1 oignon
- 2lb de viande hachée
- 1 poivron
- 2-3 pommes de terre
- 2 l'ail
- 1/2 Coriandre
- 1 Cuillère à Café poivre
- " " Curry
- " " CurCuma
- et un peu sel
- 3 Cuillère à soup sauce Tomate

### TK Spaghette ou pâte.

Vous avez besoin une Casserole.  
dans une Casserole vous mettez  
d'eau, 3-4 tasse. placez sur le feu  
vous les couvrez aussi longtemps  
qu'ils le peuvent. ajouter un peu sel.  
ensuite, ajouter des pâtes quand ils le  
peuvent. • égoutter de l'eau puis  
verser l'huile de pâtes.

apporter <sup>une</sup> assiette et un fourchette  
place les pâtes sur le plat  
à ajouter la sauce.  
aussi banane et Citron.

yummy.

### Préparation.

Vous Coupez les oignon en petit morc  
versez-le dan récipient préparé.

vous Coupez aussi le poivron en petit  
morceaux. retirer la pelure des  
pommes de terre et laver.

vous Coupez en grand morceaux. ~~en~~  
coupé en petits morceaux de coriandre  
coupé en petits morceaux de l'ail  
rapé.

### Cuisiner

vous avez besoin une Casserole.  
placez la Casserole sur le feu.  
verser l'huile et les oignons  
mélanger 1 minute.

ajouter de la viande mélanger  
1 minute.

vous ajoutez des épices. poivre, Cur  
CurCuma et un peu sel.

mélanger bien. vous le couvrez  
2 minute puis ajouter une sauce  
Tomate mélanger 1 minute  
Couvrir 2 minut.

ensuite, ajouter les pommes de ter  
mélanger. verser une tasse d'

Couvrir jus qu'à ce que les  
pommes de terre soient cuites.

6 minute - 7 minute. ajouter l'ail  
et coriandre et poivron.

mett un peu d'eau 1/2 tasse.

Couvrir 3 minute - 4 minute  
éteindre le feu.



milgo



27/03/2020

David

Comment faire de la chaîne Ash Ash.

Temps de Préparation 1 heure.

Temps de cuisson 3 heures.

Temps total 4 heures.

Nombre: 8 Personnes. ingrédients

3 tasses de haricots trempés.

Pois chiches, haricots rouges et lentilles 15 kg d'herbes purifiées 6 cuillères à soupe 300 grammes de cendres 300 cuillères à soupe de curcuma et de Poivre au besoin 2 cuillères à soupe 6 cuillères à soupe oignon séché 2 cuillères à soupe. Recette

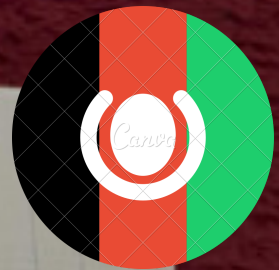
Laisser mijoter un peu de haricots trempés et égoutter dans l'égout.

Faites-les ensuite cuire avec de l'eau et un peu de sel.

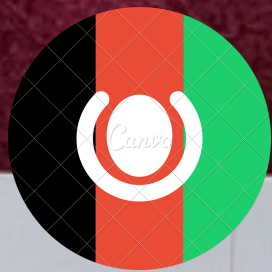
dans une casserole qui a suffisamment de capacité pour ces ingrédients, versez quatre cuillères à soupe d'huile et ajoutez le curcuma. Attention à ne pas brûler le curcuma.

Ajoutez 10 verres d'eau bouillie et de haricots à l'oignon chaud et à l'ail chaud (à l'exception de la quantité que vous conservez pour la décoration).

Après avoir fait bouillir l'eau versez les légumes dans la casserole pour qu'ils restent verts et cuisez sans les écraser.







27/03/2020

David

Ajoutez du sel avec précaution  
car ils peuvent être aigres et aigres.

Ajouter le poivre et saupoudrer avec  
une passoire et remuer avec une spatule  
pour que les cordes ne collent pas ensemble.

mesurez l'eau et ajoutez de  
l'eau froide si elle est faible.

Remuer la soupe toutes les  
quelques minutes pour éviter que  
les cordes ne collent ensemble.

il faut environ 20 à 30 minutes pour cuire les  
cordes. il faut prendre soin de ne pas tordre les cordes.

Eteignez les cendres. ajoutez le caillé bouillant  
et réchauffez comme vous le souhaitez.

Décorez l'oignon avec de l'oignon chaud,  
de la menthe chaude et de l'ail chaud.

David.



# Donuts us



500g de farine

levure chimique

et sel

et de cannelle (facultatif)

et de muscade (facultatif)

2 oeufs

175g de sucre en poudre

vanille liquide

15cl de lait

1 cuillère à soupe de beurre fondu

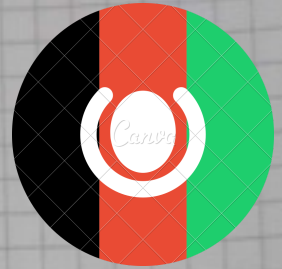
Préparation:

Mélanger la farine la levure le sel la cannelle et la muscade  
Dans un autre bol mélanger les oeufs le sucre et  
la vanille Mélanger jusqu'à ce que le mélange soit épais  
Mélanger le lait et le beurre fondu, y ajouter le mélange  
de farine et battre jusqu'à ce que le mélange soit  
homogène Couvrir et mettre au réfrigérateur pendant 2h  
Sur une planche farinée étaler la pâte sur une  
épaisseur de 1cm environ Découper les donuts à  
l'aide d'un bol ou autre mettre à frire pendant une  
minute ou jusqu'à ce soit légèrement doré Puis  
retourner ~~ce soit~~ à l'aide d'un écumoire de l'autre  
coté et laisser cuire à nouveau une minute  
Retirer de la friteuse et passer sur un papier  
absorbant.

Madam







## boloni étire

un (kg) la farine, 2.kg pomme de terre,

un bouteille huile, un peu poivron, 3, oignon, un peu Ail (3)

un peu l'eau. un peu sel.

un paquet de farine un peu l'eau un peu sel à mélangée

pour (30) après prend oignon, Ail, pomme du terre  
couper. un peu poivron avec sel

Toutes les mélangée pour (5) m,

Après prendre la pâte à petit Après

un peu prend pomme du terre dans pâte

Après faire dans huile pour (1) Après

Tournoi en core (2) Après fini.



**Jawid**





# Soupe de Poulet

les ingrédients

1. filet de Poulet 400g
2. oignons 3
3. Poivron Jaune 1 Poivron Rouge 1
4. chou haché 350g
5. 2 Carottes au haché
6. Persil et coriandre fresh
7. 2 oeufs
8. Sauce Soja 1 Cuillère
9. Sel 1 Cuillère Poivre noir 1 Cuillère
10. Farin de maïs 4 Cuillère.

Ecrasser tous les ingrédients avant de cuisiner.

au début, cuisiner Poulet et les oignons avec huile Pour 5 minutes et puis ajouter 1 litre d'eau de dans et laisser







2

bouillir pendant 45 minutes.

Quand le Poulet est Prête retirer  
et couper.

Après ajouter les poivrons, les carottes,

les œufs et chou puis laisser bouillir

Pour 20 minutes. a la fin ajouter farine de maïs

et Sauce Soja (avant de ajouter mélanger

le farin de maïs avec une ~~de~~ verre d'eau froide)

et Remuer 2 minutes.

**Abdulah**



LA CUISINE EST UN PRÉTEXTE POUR  
PARTAGER DES SAVEURS ET DES  
CULTURES.



EN OUTRE, LE REPAS EST UN MOMENT  
QUI PROCURE DU PLAISIR. C'EST UN  
INSTANT DE PARTAGE ENTRE TOUT CE  
QUE LA NATURE NOUS OFFRE DE PLUS  
BEAU ET DES MÉLANGES DE SAVEURS.



LA CUISINE N'A PAS DE FRONTIÈRE.  
ELLE PERMET DE VOYAGER SANS  
QUITTER SON DOMICILE.



JE VOUS INVITE DONC À VOYAGER AU  
TRAVERS DES RECETTES RÉALISER PAR  
LES VOLONTAIRES LORS DU DERNIER  
COURS DE FRANÇAIS ...



COMME POUVAIT LE DIRE L'ILLUSTRE  
JOËL ROBUCHON "ET BON APPÉTIT BIEN  
SÛR" !!!

