

## Cours de cuisine bulgare.

### Kyopoolou (mousse d'aubergines)

*2 grosses aubergines  
7 gousses d'ail  
2 poignées de noix  
1 cuil. à café de sel  
¼ l huile de tournesol  
½ cuil. à café de vinaigre  
persil haché*

Griller les aubergines sur la plaque électrique de tous les côtés (ou éventuellement au four en les coupant en deux et en les incisant) pendant 30 minutes environ.

Pendant ce temps écraser les gousses d'ail avec le sel. Ajouter les noix et les écraser également. Puis mettre le tout dans le mixer.

Peler les aubergines et prélever la chair encore chaude (si c'est froid l'amertume ressort) et l'ajouter au mélange ail/noix.

Mixer en rajoutant progressivement l'huile. A la fin rajouter le vinaigre. Saupoudrer de persil haché.

(Ce plat peut être préparé la veille et se conserve 3 à 4 jours. Dans ce cas il faut rajouter le vinaigre juste avant de servir).



### Banitzza

*125 g beurre  
400 g siréné de vache  
4 oeufs  
1 paquet de pâte filo*

Préchauffer le four à 200°C.

Faire fondre le beurre. Ecraser le siréné à la fourchette, rajouter les œufs et mélanger. (On peut rajouter de jeunes feuilles de betteraves fraîches hachées, des épinards crus hachés ou du poireau cuit dans un peu d'huile et d'eau). Poser une feuille de pâte filo sur un torchon. Verser des gouttes de beurre fondu sur la feuille (tenir la cuillère verticalement afin que les gouttes tombent). Superposer une 2<sup>ème</sup> feuille et verser à nouveau du beurre fondu. Parsemer sur la feuille de petits tas de siréné. Replier les bords des deux feuilles et y verser quelques gouttes de beurre. Rouler les feuilles et les déposer dans un plat à four recouvert de papier sulfurisé. Répéter ces opérations tant qu'il reste du siréné. A la fin parsemer de beurre fondu et mettre au four pendant 30 min environ. A la sortie du four, asperger la banitza d'eau et recouvrir d'un torchon.



### **Mich Mach**

*10 poivrons  
1 gros oignon  
3 tomates  
400 g siréné de vache  
6 œufs*

Faire griller les poivrons sur la plaque électrique (ou à défaut dans le four). Enlever la peau des poivrons, lorsqu'ils sont froids. Couper l'oignon en lamelles et les faire revenir dans l'huile de tournesol. Rajouter les poivrons coupés en grosses lamelles (dans le sens de la largeur). Inciser les tomates et les mettre dans l'eau bouillante. Les peler et les couper en gros dés. Les rajouter aux oignons et poivrons. Rajouter le siréné écrasé à la fourchette et continuer à faire revenir le tout jusqu'à ce que le jus soit évaporé. Rajouter les œufs un à un en mélangeant bien l'ensemble.



### **Flan au potiron**

*1 kg de potiron  
4 poignées de noix  
4 œufs  
¾ l de lait  
150 g sucre  
1 paquet de sucre vanillé*

Couper le potiron en gros cubes et le cuire dans une casserole recouvert à moitié d'eau pendant 15 min. environ. Laisser refroidir.

Beurrer un moule à cake (30 cm de longueur environ). Préchauffer le four à 200°C.

Mettre les morceaux de potiron au fond du moule.

Hacher les noix et les répartir sur le potiron.

Battre les œufs avec le sucre et le lait. Verser dans le moule (à 1 cm du bord).

Cuire au four au bain-marie pendant ¾ heure environ. Vérifier la cuisson avec une aiguille.

Laisser refroidir avant de servir.

