

Przepisy Świata Uwielbiane przez Dzieci

* * *

Marokańskie ciasteczka i herbatka

z Księgi Przepisów Poznajemy Świat

O Kuchni Maroka



Zanim do Maroka dotarł islam, Marokańczycy wierzyli w dżiny mieszkające w lampach oliwnych znanych u nas jako „lampy Alladyna”. Do dziś islam miesza się z wierzeniami Berberów zamieszkujących te tereny. Z dziada pradziada legendy przekazywane są kolejnym pokoleniom. Wedle nich dżiny mieszkają nie tylko w lampach oliwnych, lecz także w starych czajnikach, rurach, a nawet w zlewozmywakach.

Występują dwa rodzaje dżinów. Dobre i złe. Marokańczycy chcą mieć przy sobie oczywiście te dobre, bo wiadomo, że spełniają one życzenia. Złe przeszkadzają ludziom, co czyni życie trudniejszym. Dlatego Marokańczycy robią wszystko to, co dobre dżiny lubią, żeby je

przyciągnąć do siebie. A dobre dziny lubią ładne kolory. Dlatego stroje i dywany są tak bardzo kolorowe. Dobre dziny lubią też ładne zapachy i smaki, dlatego kuchnia marokańska jest taka pyszna, a na ulicach ustawione są stosy przypraw, których zapach unosi się w powietrzu. Dobre dziny lubią też jak dzieci ładnie zwracają się do siebie - mówią magiczne słowa.

Żeby odpędzić od siebie złe dziny, Marokańczycy robią wszystko to, czego złe dziny nie znoszą. A nie lubią one hałasu. To właśnie dlatego Marokańczycy głośno grają na wszystkich instrumentach, jakie mają u siebie. Kontynuując, można łatwo zrozumieć co robią kierowcy samochodów, by odpędzić od siebie te złe dziny.

Wychodząc od podstaw egzystencji w Maroku dzinów dobrych i złych łatwo można zauważyć, że w Maroku jest przesyt bodźców kolorystycznych, smakowych, muzycznych. Jednym będzie podobać się to, innym może przeszkadzać. Najprościej jednak jest zaakceptować ten stan rzeczy takim, jaki on jest.



Kuchnia marokańska jest zatem smaczna, zdrowa i sycąca. Nie zabraknie tutaj potraw jednogarnkowych, tzw. tajine (tażin/tadzin). W glinianych garnkach mieszają się smaki i zapach wszystkiego co wrzucimy do tajine. W zasadzie poza świnia, która uchodzi za nieczystą, Marokańczycy zjedzą prawie wszystko. Kurczaki (żyjące z jednym skrzydłem, żeby nie odleciały), krowy, owce, kozy, wielbłądy, ryby i wiele innych dań mięsnych można zobaczyć pod pokrywą tajine. Oczywiście Marokańczycy wzbogacają to odpowiednią ilością oliwy, warzyw i owoców. Tajine stawia się na wolnym ogniu. Kus kus bardzo często wykorzystywany jest do robienia tajine.



Francuzi odcisnęli swój ślad w Maroku. Dziś jada się tam ślimaki.

Popularne są w Maroku także smakołyki zrobione z sezamu, migdałów, miodu czy orzeszków ziemnych. Robi się z nich ciastka. Szczególnie popularne są sfouf (seffouf lub sellou) - pyszne ciasteczka, które przygotowuje się podczas ramadanu oraz gdy urodzi się dziecko.

Używany do robienia kosmetyków oraz wykorzystywany w marokańskiej kuchni olej



arganowy uważany za marokańskie złoto (argan rośnie jedynie w Maroku).

Daktyle są naturalnymi słodyczami dodawanymi do tajine, lub jedzone na surowo, kiedy ściemnieją. W Maroku rosną dwie odmiany daktyli: czerwone (po ściemnieniu są czarne) i żółte (po ściemnieniu są brązowe). Żółte są smaczniejsze.

Przepisy

Marokańskie ciasteczka z czekoladą

Składniki:

- czekolada mleczna lub gorzka (4 tabliczki)
- czekolada biała (jedna tabliczka) - służy do dekoracji, ale przez to



ciasteczka stają się bardzo słodkie (można się bez niej obejść)

- orzeszki ziemne (750 g) - najlepiej uprażone, ale bez soli
- miód (150 g)
- sezam (80 g)
- cynamon (1 łyżeczka)

Przygotowanie:

Dziś prezentujemy przepis na marokańskie ciasteczka z czekoladą, które świetnie zastąpią w podróży batony typu snickers, a w domu będą świetnym dodatkiem do mleka, marokańskiej herbatki lub pyszną słodką przekąską.



Aby wykonać marokańskie ciasteczka z czekoladą na początek musimy uprażyć orzeszki i sezam na patelni lub w piekarniku (UWAGA! Pamiętajmy, żeby od czasu do czasu je zamieszać, aby się nie przypaliły!) a gdy ostygną, wówczas rozdrabniamy je w blenderze i przekładamy do dużej miski.

Do zmielonych orzechów dodajemy miód i cynamon, a następnie ręcznie mieszamy masę aby uzyskać w miarę zwartą konsystencję.



Zmieszane składniki na marokańskie ciasteczka przekładamy na blachę wyłożoną papierem do pieczenia i wyrównujemy powierzchnię.

Rozpuszczamy ciemną czekoladę.

Orzechowo-miodowo-sezamową powierzchnię smarujemy dwoma tabliczkami roztopionej czekolady mlecznej i czekamy aż zastygnie (można wsadzić do lodówki na

chwilę).

Gdy czekolada stwardnieje wówczas przykrywamy pergaminem czekoladę, przykładamy np. stolnicę lub dużą deskę i odwracamy na drugą stronę. Ściągamy pergamin i smarujemy drugą stronę naszego ciasta pozostałymi dwoma tabliczkami roztopionej czekolady mlecznej.

Nasz blok czekoladowy dekorujemy wedle uznania za pomocą rękawa cukierniczego wypełnionego roztopioną białą czekoladą.

Wkładamy nasze dzieło na pół godziny do lodówki aby stwardniało, a następnie wykrawamy dowolne kształty: kwadraty, romby, diamenty lub prostokąty.

Nasze Marokańskie ciasteczka z czekoladą są gotowe i czekają na degustację :)



Sfouf

Seffouf, sfouf (w marokańskim języku sellou). Seffouf to potrawa, którą przygotowuje się w okresie ramadanu, a w Maroku dodatkowo podczas narodzin dziecka. Potrawa trzyma się bardzo długo, nawet kilka miesięcy i jest słodka. Tak bardzo przypadła nam ona do gustu, że nie tylko dostaliśmy pół kilograma seffouf na drogę, ale także przepis jak przygotować ową słodycz. Oto i on, sprawdziliśmy, wychodzi genialnie:



Składniki:

- 1 kg mąki przesiał i przyprażyć na patelni z niewielką ilością oliwy
- 1 kg sezamu przyprażyć na patelni z niewielką ilością oliwy
- 1 kg migdałów obrać ze skórki, pognieść i przysmażyć na oliwie
- 2 łyżki anyżu

- 2 łyżki cynamonu

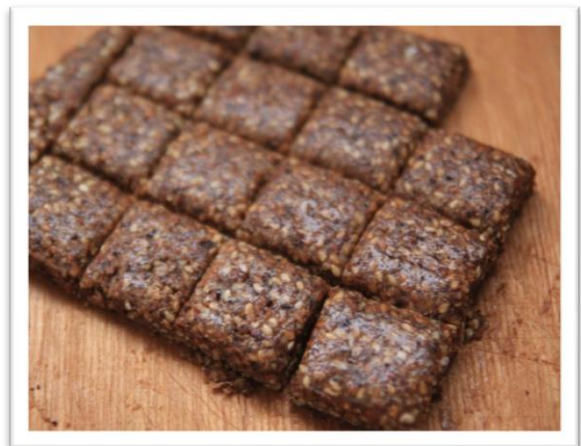


Wszystko razem pognieść, dodać cukier puder, olej z migdałów i miód. Wymieszać i podać pociechomdo jedzenia.

Można też zrobić kulki lub ciasteczka seffouf. Wystarczy dodać do składu masło i cynamon. Nie trzeba piec.

Smakołyk nie starzeje się, bardzo długo zachowuje świeżość. Spokojnie można trzymać go

w zamkniętym pojemniku w lodówce nawet pół roku i nadaje się do spożycia.



Marokańskie herbatniki z orzechami

Składniki (na ok. 80 sztuk):

- jajo (1 sztuka)
- cukier (50 g lub mniej)

- miękkie masło (100 g)
- orzeszki ziemne niesolone (100 g) + półówki orzeszków do dekoracji (po 4 półówki na każde ciasteczko)
- mąka (200 g)
- proszek do pieczenia (pół łyżeczki)

Przygotowanie:

Aby przygotować marokańskie herbatniki z orzechami na początek przygotowujemy składniki, które potem będziemy miksować w jedną całość:

- przesiewamy do miseczki mąkę z proszkiem do pieczenia
- blendujemy bardzo drobno orzeszki ziemne

Do dużej miski wkładamy masło, wsypujemy cukier i dodajemy jajko całość miksując do uzyskania kremowej konsystencji.

Do otrzymanej masy dodajemy rozdrobnione orzeszki ziemne a po ich zmiksowaniu jeszcze mąkę. Wszystko dokładnie mieszamy aż do połączenia składników.



Blachę wykładamy papierem do pieczenia i z przygotowanej masy lepimy małe kuleczki, które już na blasze spłaszczamy delikatnie palcami i dekorujemy orzeszkami. (Uwaga: gdy dłonie posmarujemy oliwą to ciasto nie będzie przyklejało się do rąk i całość roboty pójdzie zdecydowanie sprawniej).

Nasze marokańskie herbatniki z orzechami pieczemy przez 15-20 minut w temperaturze ok. 180 stopni.

Herbatniki świetnie nadają się na podwieczorek i super smakują z marokańską herbatką.



Wszystkim łasuchom życzymy smacznego!

Marokańska herbatka



Herbatka marokańska jest zwana popularnie **berberską whisky** ze względu na swój mocny aromat i zapach.

Przyrządzana jest z mięty, zielonej herbaty i cukru.

Przygotowanie:

- Małe szklaneczki dobrze wyparzyć, żeby trzymały ciepło.
- W czajniczku zagotuj niewielką ilość wody.

- Wsyp do środka sporą garść zielonej herbaty, najlepiej marokańskiej lub sprowadzanej z Francji. Jeżeli nie masz oryginalnej herbaty, wystarczy zwykła zielona herbata bez dodatków.
- Herbatę zagotuj, po czym wylej wodę.
- Ponownie zalej czajniczek wodą, dodaj do środka pędy świeżej mięty, dużą ilość cukru i pozostaw do zagotowania na wolnym ogniu. Nie mieszaj!
- Kiedy woda się zagotuje, nalej napar z dużej wysokości do szklaneczek.
- Następnie wlej herbatę z powrotem do czajniczka.
- Ponownie nalej herbatę z dużej wysokości do szklaneczek (tak kilka razy, wymaga tego sztuka zaparzania tej herbaty, ponieważ podczas nalewania napar się napowietrza i wzmacnia smak), po czym wlej ją do czajniczka.
- Poprzez takie przelewanie cukier rozpuszcza się stopniowo w wodzie. Spróbuj jak smakuje herbata. Jeśli herbata stała się mocna, ma dużo piany i prawie pomarańczowy kolor, rozlej herbatę do szklaneczek.



Smacznego!



A tak wygląda degustacja herbatki na warsztatach MAGICZNE MAROKO w przedszkolu.