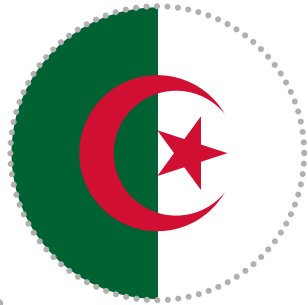




GOŚĆ
InnoSC

kuchnia
algierska



Hamza

Hamza przyjechał z Algierii do Polski w 2014 roku, gdzie obecnie studiuje w Warszawie stosunki międzynarodowe. Jego pasją jest gotowanie, muzyka i podróże. Kocha przyprawy i ich zapach. Najbardziej lubi zapach świeżego chleba upieczonego przez swoją mamę, za którym tęskni każdego dnia. Lubi gotować nowe dania i zapraszać znajomych na wspólne kolacje. Hamza współpracuje z Kuchnią Konfliktu, gdzie miał okazję poznać wiele osób, które również łączy zamiłowanie do gotowania i jedzenia.

Przebieg warsztatów:

Uczniów dzielimy na 4 grupy po 5-6 osób.

Każda grupa jest odpowiedzialna za zrobienie jednego dania.

Sprzęt potrzebny do warsztatów:

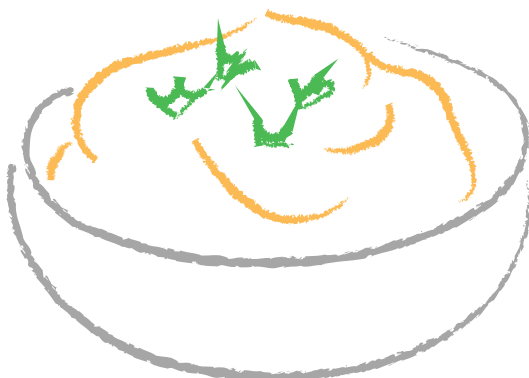
- noże
- deski do krojenia
- 2 duże patelnie
- 3 duże miski
- 2 łopatki do patelni
- 2 duże łyżki do mieszania
- 2-3 palniki do gotowania
- blender
- durszlak
- talerze
- miseczki
- sztućce
- watek

Hummus

🕒 czas przygotowania: ok. 10 min. 👤 porcja dla 4 osób

SKŁADNIKI:

- 2 puszki ciecior ki (puszka 400 g)
- 1 ząbek czosnku
- oliwa z oliwek
- 0,5 łyżeczki soli
- 1 cytryna
- 2 łyżki tahini



PRZYGOTOWANIE:

1. Wypłukać ciecior kę.
2. Zmiksować ciecior kę.
3. Dodać czosnek, oliwę, sól, sok z cytryny oraz tahini.
4. Dobrze zmiksować i dodać trochę wody (miksować ok. 2-3min.).
5. Można podawać z pieczywem pita lub chlebem.

Mahzouba

🕒 czas przygotowania: ok. 30 min. 👤 porcja dla 4 osób

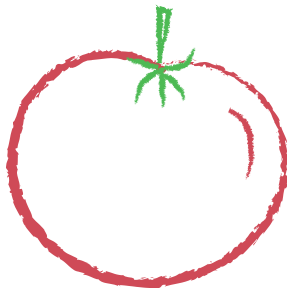
SKŁADNIKI NA FARSZ:

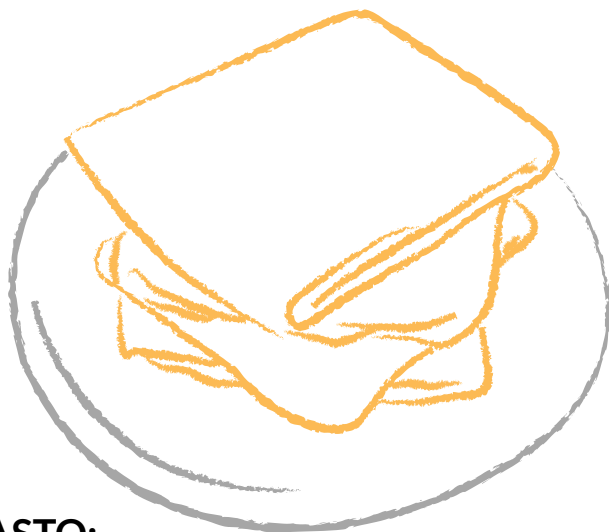
- 0,5 kg pomidorów
- 2 cebule
- 5 ząbków czosnku



PRZYGOTOWANIE FARSZU:

1. Pokroić pomidory, cebulę i czosnek
2. Wrzucić pokrojone warzywa na patelnię i smażyć.
3. Dodać trochę soli.





SKŁADNIKI NA CIASTO:

- 250 g mąki
- 1 łyżeczka drożdży
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- 0,5 łyżeczki soli
- 1 łyżeczka cukru
- 500 ml wody

PRZYGOTOWANIE CIASTA:

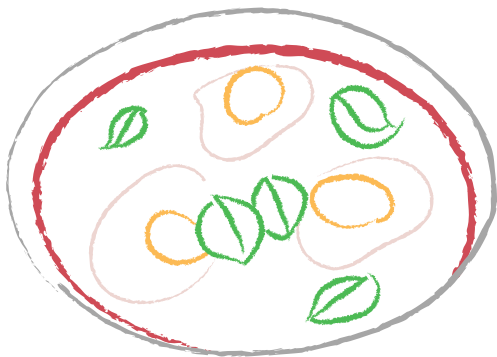
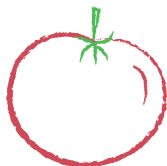
1. Mąkę wymieszać z drożdżami i dodać sól.
2. Dodać oliwę z oliwek i cukier.
3. Dodać wodę i robić ciasto przez około 5-10 min.
4. Ciasto powinno rosnąć przez 30 min.
5. Następnie dodać farsz do ciasta i smażyć na patelni.
6. Można podać z jogurtem i świeżą kolendrą.

Czakczoka

🕒 czas przygotowania: ok. 20 min. 👤 porcja dla 4 osób

SKŁADNIKI:

- 2 kg pomidorów
- 1 główka czosnku
- 5 cebul
- 10 jajek
- sól i pieprz
- świeża bazylia i kolendra
- oliwa z oliwek



PRZYGOTOWANIE:

1. Oprać cebulę i drobno pokroić.
2. Pokroić pomidory i czosnek.
3. Podsmażyć cebulę, a następnie dodać czosnek.
4. Dodać pomidory.
5. Smażyć przez ok. 8-10 min.
6. Dodać jajka.
7. Dodać świeżą bazylię i kolendrę.



Deser pomarańcza z daktylami

🕒 czas przygotowania: 20 min. 👤 porcja dla 4 osób

SKŁADNIKI:

- 1 kg pomarańczy
- 100 g daktyli
- 200 g pistacji
- 2 łyżki miodu
- suszone płatki róży lub owoc granatu



PRZYGOTOWANIE:

1. Pokroić pomarańcze i daktyle.
2. Dodać pistacje i miód.
3. Udekorować płatkami róży lub owocem granatu.



www.dobrastronaswiata.com

Smacznego!

Bilal
Photography



HUMANITY IN ACTION | **ACTION PROJECT**
Action Projects are independent initiatives of Humanity in Action Fellows and Senior Fellows that address social and human rights issues around the world.

97,1 FM
KAMPUS
KAMPUS