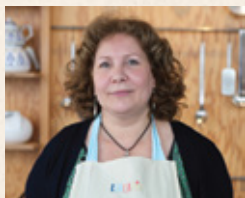


## LA SALADE "IFELFEL" DE SORAYA

UNE DÉLICIEUSE SALADE CUITE AUX POIVRONS ET AUX TOMATES

KIALATOK



SORAYA

Soraya a appris à cuisiner en Algérie avec sa maman et son oncle, cuisinier de métier !

Son plat préféré : Le « arghom », une galette berbère traditionnelle, à emporter partout.

A part la cuisine elle aime : la musique et les balades au bord de la mer.

### TEMPS

20 minutes de préparation  
10 minutes de cuisson

### INGRÉDIENTS

Pour 3-4 personnes

500 g de tomates  
1 poivron rouge  
1 poivron vert  
1 bouquet de persil  
2 petites gousses d'ail  
50 g d'olives violettes confites dénoyautées  
1 c. à c. de cumin  
1 c. à c. de piment doux  
1 c. à s. de jus de citron  
2 c. à s. d'huile d'olive  
Sel fin  
Sucre (facultatif)  
1 bâtonnet de cannelle (facultatif)

### ÉTAPES

1. Laver, peler et épépiner les tomates. Débarrasser les poivrons de leurs pépins et leur enlever le pédoncule. Couper les tomates et poivrons en petits dés. Hâcher l'ail.
2. Dans une poêle, faire revenir les poivrons avec une c. à s. d'huile d'olive pendant environ 5 minutes, rajouter les tomates, l'ail, le piment doux, le cumin et le sel.
3. Mettre sur un feu moyen et laisser mijoter en remuant de temps en temps. Jusqu'à évaporation de l'eau et cuisson des ingrédients. Astuce : à mi-cuisson, ajouter 1/2 c. à c. de sucre pour atténuer l'acidité de la tomates et un petit bâtonnet de cannelle pour conférer au plat un arôme subtil.
4. Avant d'éteindre le feu, ajouter un filet d'huile d'olive, le jus de citron, les olives et le persil et mélanger encore pendant 1 à 2 minutes.

#### Une recette traditionnelle de la cuisine kabyle !

Dans certains foyers, la salade "ifelfel" se mange presque chaque jour ! Ce plat peut se déguster chaud comme froid et peut être servi en entrée comme en accompagnement.

La tradition veut que l'on déguste ce plat avec la galette kabyle "ayrum aquran".