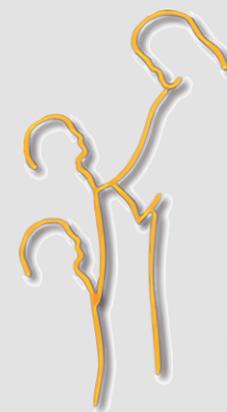


Profitons de ce moment de confinement et à l'approche de Pâque de préparer ensemble un repas pour Sabbat.

Nous pouvons ainsi chaque jour parler de ce sujet.

- ✓ A l'époque de Moïse : la délivrance du peuple hébreux de l'Egypte
- ✓ La mort de Jésus et sa résurrection qui nous apporte la certitude de la grâce du salut, du pardon, de la vie éternelle



Ministère
auprès des
Enfants



@mae.eds.ffn

www.mae-eds.fr

francoise.toniolo@adventiste.org

01 44 08 77 96

« Soutenez-moi avec des gâteaux de raisins, Fortifiez-moi avec des pommes; Car je suis malade d'amour. » Cant 2 : 5

ASHISHOT

Faire griller les lentilles dans une poêle. Les réduire en poudre (dans un moulin à café par exemple). Pétrir avec la farine, l'huile d'olive et la cannelle, des raisins secs pour en faire une pâte dont vous ferez des boulettes de la taille de balles de ping-pong. Aplatissez-les en petites crêpes. Faites frire à l'huile d'olive dans une poêle jusqu'à ce qu'elles soient dorées des deux côtés. On peut ajouter dessus de la compote de pommes.

Ingrédients :

250g de lentilles rouges
3-4 c. à café de cannelle
1 c. à soupe de farine complète
½ verre d'huile d'olive
3 à 4 c. à soupe de miel
1 poignée de raisins secs



« Il prit encore de la crème et du lait fermenté, avec le veau qu'on avait apprêté, et il les mit devant eux. Il se tint lui-même à leurs côtés, sous l'arbre. Et ils mangèrent. » Genèse 18 : 8

Fromage de Mamie Sara pour les enfants

Faire chauffer le lait. Ajoutez-y la sève de figuier ou le jus de citron et remuez avec la branche de figuier ou une cuillère en bois. Lorsque le caillé s'est séparé du liquide prenez une étamine (un tissu très fin au tissage assez lâche ou fine passoire) Et versez-y le contenu de la casserole. Tordez l'étamine afin d'en extraire le maximum de liquide. Mettez le fromage dans un autre récipient. Ajoutez-y le sel, le beurre et l'hysope

Ingrédients :

- 1 litre de lait cru
- Quelques gouttes de sève de figuier ou de jus de citron
- Une branche de figuier pour remuer
- Sel
- 1 c. à soupe de beurre
- ½ c. à café d'hysope en poudre



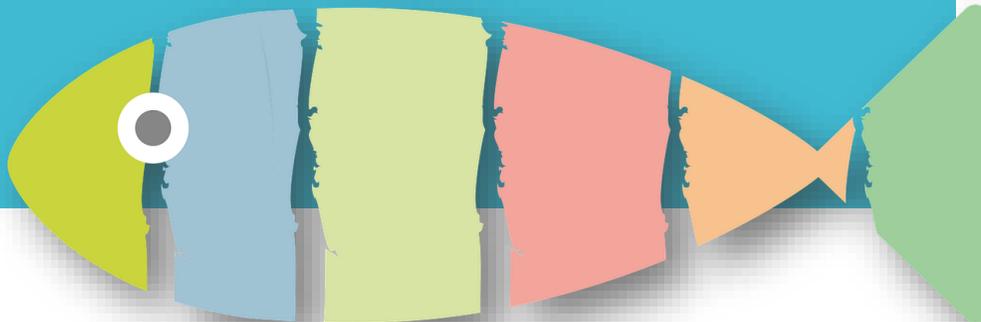
« *Lorsqu'ils furent descendus à terre, ils virent là des charbons allumés, du poisson dessus, et du pain.* » Jean 21 : 9

Poisson grillé

Enduisez chaque poisson d'huile d'olive, le saupoudrant à l'intérieur et à l'extérieur de sel, de poivre et de sumac. Mettez un brin de chaque aromate à l'intérieur du poisson. Si vous disposez de feuilles de vigne enveloppez-en chaque poisson avant de les déposer directement sur les braises. Faites cuire 8 minutes de chaque côté.

Ingrédients :

½ ou 1 poisson vidé et nettoyé par personne
Huile d'olive
Sel
Baies de sumac
Un brin de thym, d'hysopé ou d'origan ou ½ c. à café de chacune de ces herbes séchées
Feuilles de vigne si possible



« Comme les fils des prophètes étaient assis devant lui, il dit à son serviteur: Mets le grand pot, et fais cuire un potage pour les fils des prophètes. L'un d'eux sortit dans les champs pour cueillir des herbes; il trouva de la vigne sauvage et il y cueillit des coloquintes sauvages » 2 Rois 4 : 38-39

Le ragoût de courge d'Elisée

Faites cuire les légumes. Prélevez un verre de l'eau de cuisson et ajoutez-y 2 cuillères à soupe de farine que vous reverserez dans la casserole. Continuez la cuisson jusqu'à ce que la soupe épaississe.

Ingrédients :

1 bol de potiron
1 ou 2 gousses d'ail pilées
Des asperges sauvage (ou cultivées)
1 poireau coupé en morceaux de 4 cm
½ bol d'épinards hachés
½ bol de mauve hachée
1 brin d'hysope (ou en poudre)
½ c. à café de cumin
Eau pour recouvrir le tout



« Un pays de blé, d'orge, de vignes, de figuiers, et de grenadiers; un pays d'oliviers qui portent de l'huile, et un pays de miel » Deut 8 : 8

Miel de dattes

Mettez les dattes dans 2 ou 3 verres d'eau et faites cuire jusqu'à ce qu'elles aient la consistance d'une bouillie de flocons d'avoine.

Filtrez le liquide et faites-en cuire jusqu'à ce qu'il soit réduit à la consistance d'un caramel mou.

Ingrédients :

Figues

Eau

Passoire



« Fais, avec de la fleur de farine de froment, des pains sans levain, des gâteaux sans levain pétris à l'huile, et des galettes sans levain arrosées d'huile. » Ex 29 : 2

Gâteau à l'huile

Faites brunir la semoule dans une grande poêle pendant 2 à 3 mn sans cesser de remuer. Mettez-la dans un saladier et ajoutez-y l'eau et le sel. Remettez-la dans la poêle et faites cuire sur feu vif, toujours en remuant, jusqu'à ce que l'ensemble épaississe et se dessèche un peu (environ 7 mn). Ôtez du feu et laissez refroidir. Ajoutez lentement l'huile d'olive qui doit être toute absorbée. Après vous êtes mouillé les mains formez de petites galettes de la taille d'un Cookie. Déposez-les sur une plaque et faites cuire 10 à 15 mn dans un four moyen.

Arrosez chaque galette d'un peu de miel lorsqu'elles sont encore tièdes.

Ingrédients :

2 verres de semoule
4 verres d'eau froide
½ c. c. de sel
1 verre d'huile d'olive
1 feuille de laurier pour
chaque galette



Prends du froment, de l'orge, des fèves, des lentilles, du millet et de l'épeautre, mets-les dans un vase, et fais-en du pain » Ezéch

4 : 9

Le pain aux céréales d'Ezéchiél

Mélangez tous les ingrédients. Ajoutez l'huile d'olive, le levain l'eau en quantité suffisante pour obtenir une pâte souple. Pétrissez et laissez lever pendant 2 heures dans un endroit tempéré. Pétrissez à nouveau. Formez des pains plats et ronds de la taille de pitas. Faites cuire sur un plaque ou au four 10 mn en les retournant 1 fois.

Ingrédients :

1/2 verre de farine d'orge

1/4 verre de farine de fève, finement moulue

1/4 verre de farine de millet

1 verre de farine de blé

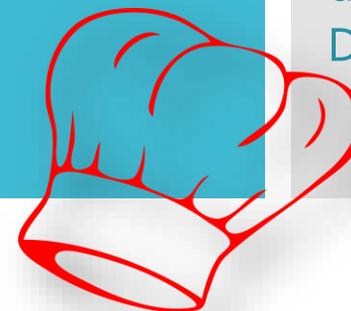
1/2 verre de farine de lentilles finement moulue

1 c. à café de sel

1/4 verre d'huile d'olive

1 c. à soupe de levain ou du jus de fruit (avec peau)

De l'eau



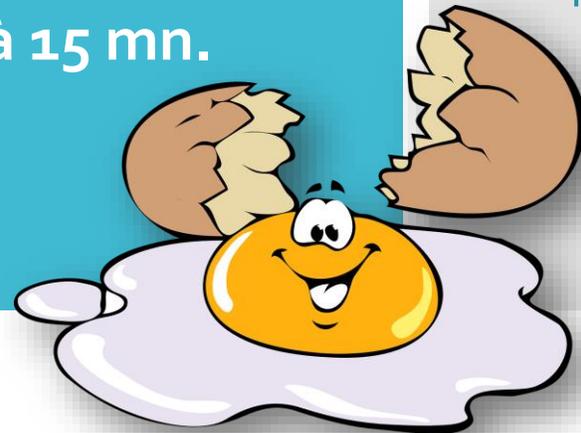
« Gédéon arriva; et voici, un homme racontait à son camarade un songe. Il disait: J'ai eu un songe; et voici, un gâteau de pain d'orge roulait dans le camp de Madian » Juges 7 : 13

Les pains d'orge de Gédéon

Tamisez les farines et le sel. Ajoutez le lait et l'œuf en remuant constamment, puis le miel. Préchauffez le four à 220°. Déposez des cuillerées de pâte sur une plaque beurrée, en les espaçant car, en cuisant, les galettes s'étalent. Faites cuire 10 à 15 mn.

Ingrédients :

1 verre $\frac{1}{2}$ de farine d'orge
1 verre de lait
1 verre de miel liquide
 $\frac{1}{2}$ verre de farine de blé
1 œuf
Une pincée de sel



« *Et moi, je suis dans la maison de Dieu comme un olivier verdoyant* » Ps 52 : 8

Condiment aux olives

Hachez les olives grossièrement. Mettez-les dans un saladier, ajoutez-y les autres ingrédients en remuant bien. Versez un peu d'huile d'olive dessus et servir avec du pain.

Ingrédients :

- 1 verre d'olives noires dénoyautées
- 1 verre d'olives vertes dénoyautées
- 4 c. à soupe de citron ou shoyu
- 1 c.c. bien pleine de graines de coriandre écrasées (facultatif)
- 2 c. c. de coriandre fraîche hachée
- 1/2 c. c. de feuilles de romarin hachée
- 3 c. c. de feuilles de menthe finement hachées
- 2 c. s. d'huile d'olive



« Apportez ...du miel, de la crème, des brebis, et des fromages de vache. » Sam 17 : 29

Le Globi de Chobi

Mélangez la semoule et le fromage pour obtenir une pâte épaisse. Les mains mouillées, formez des boules de taille moyenne. Faites-les frire en les retournant souvent afin de les dorer sur toutes les faces. Egouttez sur du papier absorbant, roulez dans le miel et servez. Les boulettes peuvent être recouvertes de graines de sésame ou de pavot.

Ingrédients :

1 verre de semoule
De l'huile pour friture
1 verre de ricotta
Du miel

