

RECETTE DE LA FRANCOPHONIE



튀니지

요리명 :

분량 :

조리 시간 :

재료 :

- 하리사 칠리소스
- 감자 4개
- 올리브
- 튀김유
- 달걀 4개
- 참치 캔 2개
- 소금 20g
- 베이킹파우더 2 봉지
- 물
- 밀가루 800g

튀니지식 프리카세

6 인분

10 분



만드는 법 :

- 1) 베이킹파우더에 미지근한 물과 설탕 1 작은술을 넣고 섞은 뒤 10 분간 둡니다.
- 2) 빈 용기에 밀가루를 넣고 소금과 조금 전에 섞어둔 베이킹파우더를 더해줍니다. 탄성 있는 반죽을 위해 잘 섞어주고 필요하면 물을 더 추가해주세요.
- 3) 반죽을 지름 5cm 정도로 동그랗게 만든 뒤 타원형의 빵이 되도록 손으로 납작하게 눌러줍니다.
- 4) 반죽이 완성되면 행주 위에 올려두고 30 분-1 시간가량 발효해줍니다.

- 설탕 5g

- 5) 그동안 감자는 깍둑썰기를 해서 삶아줍니다. 달걀도 마찬가지로 삶아주세요.
- 6) 반죽은 달궜진 기름에 튀겨줍니다. 잘 튀겨진 빵은 한쪽 면을 반쯤 잘라 그 안에 약간의 하리사 소스와 참치, 감자, 달걀 1/4 그리고 올리브를 넣어줍니다.