

La Garentita



Cette recette nous a été partagée par Saadia Alioua. Merci à elle!

Histoire et origine :

La Garentita ou kalentika est un plat algérien, initialement de la région Oranaise, qui aurait été préparé jadis par des militaires espagnol manquant de nourriture (le mot garentita viendrait du mot "*calentita*" signifiant chaude). La garentita est un flan de pois chiche, une préparation simple qui en fait un met accessible à tous. Très vendu en Algérie en street-food, la garentika se mange en sandwich avec de l'harissa ou en part.

Ingrédients

- 1 mesure de farine de pois chiche préalablement tamisée (1 mug ou un bol)
- 4 mesures d'eau
- 2 œufs
- ¼ de la mesure d'huile
- Sel
- Cumin



Préparation

Bien mixer le tout et verser dans un plat rond (30cm de diamètre, ou un plat à gratin rectangulaire) et enfourner dans un four chaud à 200 degrés pendant 55 minutes.

⚠ Si vous n'enfournez pas immédiatement, pensez à bien remuer la préparation avant de la mettre au four plus tard car sinon la farine de pois chiche va redescendre au fond et le plat sera raté. ⚠

