



# Torah-Box.com

j u d a ï s m e   e n t r e   f e m m e s

## LE BOULOU

Pour 5 bouloos moyens   Temps de préparation : 40mn – Cuisson : 20mn   Difficulté : facile

### INGREDIENTS

- 800g de farine tamisée
- 5 œufs vérifiés
- ¼ verre d'huile végétale
- 400g de noisettes en poudre (ou amandes)
- 200g de sucre
- 1 verre de jus d'orange
- le zeste d'une orange
- 2 bouchons d'eau de fleur d'oranger
- 1 pincée de sel
- 2 sachets de levure chimique
- 1 poignée de noisettes concassées
- 1 poignée de pépites de chocolat pour la décoration
- 1 tablette de chocolat noir à cuire



### REALISATION

Pour nos amis Tunisiens, cette recette est ce qu'on appelle un « must have » ! Qui peut imaginer une enfance tunisienne sans bouloou ? Même si l'on n'est pas tunisien, tout le monde appréciera le côté croquant et le goût de noisettes et chocolat de cette délicieuse recette. Vos enfants, votre mari et vos amies en seront, j'en suis sûre, ravis ! Et vous aussi !

Dans un grand bol, mettez les œufs déjà vérifiés, et, tout en ajoutant le sucre, fouettez jusqu'à obtenir un mélange un peu mousseux et jaune clair. Ajoutez ensuite le sel, l'huile, la fleur d'oranger, le jus d'orange, le zeste d'orange, et intégrez peu à peu la farine tamisée, la levure, ainsi que la poudre de noisette. Malaxez la pâte et ajoutez-y les noisettes concassées. Formez une boule et entourez-la de film plastique. Réservez-la au réfrigérateur pour 1h. Préchauffez votre four à une température de 180C et couvrez de papier sulfurisé une plaque à pâtisserie. Sortez la boule de pâte, enlevez le film, et mouillez vos mains afin de manipuler la pâte plus aisément. Formez 5 boules de dimensions égales et placez-y une ou des barres de chocolat. Donnez à la pâte une forme oblongue, et décorez de quelques pépites. Dorez les boules avec un jaune d'œuf et enfournez pour 20-25mn. Laissez-les refroidir avant de les emballer dans du papier aluminium. Bon appétit !