



[www.bulgariatravel.org](http://www.bulgariatravel.org)

# CUISINE TRADITIONNELLE BULGARE

*multimédia*



recette

## CLASSIQUE DE BANITSA (FEUILLETÉ AU FROMAGE)



Programme opérationnel « Développement régional » 2007-2013  
[www.bgregio.eu](http://www.bgregio.eu)

Nous investissons dans votre avenir !

Le projet est financé par le Fonds européen de développement régional et le budget  
de la République de Bulgarie



Schéma d'aide financière désintéressée BG 161PO001/3.3-01/2008 « Soutien d'un marketing national efficace du produit touristique et amélioration des services d'information », contrat BG161PO001/3.3-01/2008/001-5 « Catalogue multimédia des sites touristiques et marketing électronique de la destination Bulgarie ».

Cette brochure multimédia est créée dans le cadre du projet « Catalogue multimédia des sites touristiques et marketing électronique de la destination Bulgarie », contrat n° BG161PO001/3.3-01/2008/001-5 réalisé avec le soutien financier du Programme opérationnel « Développement régional » 2007-2013, cofinancé par l'Union européenne à travers le Fonds Européen de Développement Régional. Toute responsabilité pour le contenu de cette brochure incombe au bénéficiaire - le Ministère de l'économie, de l'énergie et du tourisme, et il ne peut être considéré en aucun cas qu'elle reflète une position officielle de l'Union Européenne ou de l'Autorité de gestion.

## RECETTE CLASSIQUE DE BANITSA (FEUILLETÉ AU FROMAGE)

*La banitsa est une spécialité bulgare à base de pâte, servie dans ses variantes classiques ou régionales en petit-déjeuner, en apéritif ou accompagnée d'autres aliments. On prépare la banitsa avec de feuilles de pâte farcies. On peut acheter les feuilles de pâte ou les faire maison.*

*La recette classique – banitsa au fromage et aux œufs, est aussi la plus populaire. Les recettes varient dans les différentes régions : farcie de potiron et de sucre (appelée « tikvenik »), de chou (appelée « zelnik »), d'oignon, d'épinards, de riz, de viande, etc. On sert la banitsa au lait en dessert. Servie en petit-déjeuner la banitsa classique au fromage peut être accompagnée de yaourt ou d'un verre d'ayran (boisson à base de yaourt). Au Réveillon, une place assez importante revient à la banitsa dans laquelle on met des bourgeons de cornouiller en guise de fèves que l'on tire pour deviner l'avenir de la maison, la santé et la prospérité de la famille pendant l'année qui s'annonce.*



# CUISINE TRADITIONNELLE BULGARE

## RECETTE CLASSIQUE DE BANITSA



### INGRÉDIENTS

*Un paquet de feuilles Filo, 4 œufs, 250 g de fromage bulgare,  
1 tasse à thé de yaourt, 1/2 tasse à thé d'huile ou de beurre fondu.*

## RECETTE



**1.**

*Mélangez bien le fromage émietté et le yaourt.*



**2.**

*Ajoutez les œufs.*



**3.**

*Ajoutez un peu d'huile ou de beurre fondu.*



# CUISINE TRADITIONNELLE BULGARE

## RECETTE CLASSIQUE DE BANITSA

**4.**

*Mélangez bien.*



**5.**

*Étalez les feuilles de pâte une à une, frottez-les d'huile ou de beurre fondu.*



**6.**

*Garnissez avec de la farce.*





**7.**

*Roulez les feuilles de pâte en rouleau.*



**8.**

*Mettez les rouleaux dans un moule rond en forme de spirale.*



**9.**

*Dorez la banitsa avec un jaune d'œuf battu et faites cuire dans un four préchauffé à 180-200°C.*



# CUISINE TRADITIONNELLE BULGARE

## RECETTE CLASSIQUE DE BANITSA



*Coupez en morceaux. La banitsa peut être servie chaude  
ou froide accompagnée de yaourt.*



[www.bulgariatravel.org](http://www.bulgariatravel.org)



RECETTE

# CLASSIQUE DE BANITSA (FEUILLETÉ AU FROMAGE)



# CUISINE TRADITIONNELLE BULGARE

## RECETTE CLASSIQUE DE BANITSA



Nous vous souhaitons  
un bon appétit et  
de bons moments  
en compagnie de la  
cuisine traditionnelle  
bulgare !

[www.bulgariatravel.org](http://www.bulgariatravel.org)



Programme opérationnel « Développement régional » 2007-2013  
[www.bgregio.eu](http://www.bgregio.eu)

Nous investissons dans votre avenir !

Le projet est financé par le Fonds européen de développement régional et le budget  
de la République de Bulgarie



Schéma d'aide financière désintéressée BG 161PO001/3.3-01/2008 « Soutien d'un marketing national efficace du produit touristique et amélioration des services d'information », contrat BG161PO001/3.3-01/2008/001-5 « Catalogue multimédia des sites touristiques et marketing électronique de la destination Bulgarie ».

Cette brochure multimédia est créée dans le cadre du projet « Catalogue multimédia des sites touristiques et marketing électronique de la destination Bulgarie », contrat n° BG161PO001/3.3-01/2008/001-5 réalisé avec le soutien financier du Programme opérationnel « Développement régional » 2007-2013, cofinancé par l'Union européenne à travers le Fonds Européen de Développement Régional. Toute responsabilité pour le contenu de cette brochure incombe au bénéficiaire - le Ministère de l'économie, de l'énergie et du tourisme, et il ne peut être considéré en aucun cas qu'elle reflète une position officielle de l'Union Européenne ou de l'Autorité de gestion.