

Mise en bouche

Frites de patate douce blanche accompagnées d'un cocktail au gingembre

Eplucher la patate douce, la couper en forme de frites puis les rincer.
Cuire dans un bain d'huile chaude.

Pour le cocktail sans alcool : 1 dose de sirop de gingembre
(pour 1 cruche) 8 doses d'eau
avec alcool : 1/2 dose de rhum



Darnes de capitaine aux épices

- 6/8 darnes de capitaine
- 5 bouillons de crevettes en cubes
- bouillon de poisson déshydraté
- 3 citrons
- 1 morceau de gingembre frais
- oignons
- ail
- persil



Rincer le poisson. Hacher l'ail, les oignons, le persil. Eplucher les citrons et le gingembre, le râper. Emitter les bouillons cubes. Mélanger le tout + le jus des citrons et leur chair avec le poisson. Laisser mariner 1 heure au frais. Faire chauffer de l'huile dans une sauteuse puis cuire les darnes. Préparer une sauce avec le reste de marinade en ajoutant des tomates pelées. Laisser mijoter à feu doux.

Ngai ngai

- ngai ngai (oseille africaine)
- 2 bouillons de légumes en cube
- 2 bouillons de légumes
- oignons
- persil
- ail

Faire décongeler 1kg de ngai ngai. Hacher l'ail, le persil, les oignons.
Cuire l'oseille dans un faitout avec les ingrédients hachés et les bouillons de légumes pendant environ 10mn.

Servir le poisson avec le ngai ngai, la sauce tomatée, le pain de manioc et du riz blanc.

Gâteau de patate douce blanche

- 600g de patate douce blanche
- 120g de farine
- 300g de sucre en poudre
- 8 œufs
- 2 sachets de levure
- 2 cuillères à café de cannelle en poudre
- Vanille liquide



Eplucher la patate douce blanche, la couper en morceaux, la rincer et la cuire dans l'eau.

Après la cuisson, la râper.

Préparer la pâte à gâteau en battant les œufs. Ajouter le sucre, bien mélanger puis la farine en continuant de mélanger, la cannelle, la vanille liquide, la patate douce râpée et enfin la levure.

Beurrer un plat. Verser la pâte à mis hauteur.

Préchauffer le four à 180°. Cuire le gâteau 20mn. Contrôler la cuisson en piquant la pâte.