

**Aromates** : hacher finement 2 oignons rouges, 1 botte de persil, 1 botte de ciboulette, 50g de gingembre frais et 1 tête d'ail.

**Minis gamoundeles** (brochettes de viande épicées)

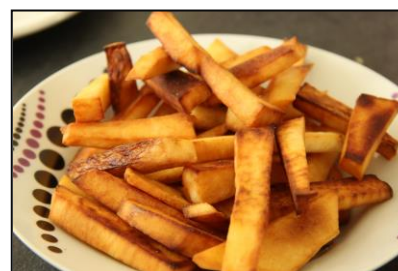
- 1 morceau de blanc de dinde
- 1/3 des aromates hachés
- pics à brochettes
- 2 cubes saveur crevettes
- 2 cubes bouillon de légumes



Emietter les cubes et mélanger avec 1/3 des aromates hachés. Rincer le morceau de dinde, le couper en carrés réguliers et ajouter les aromates. Piquer 4 carrés sur chaque pic. Faire cuire au four préchauffé Th 8. Surveiller la cuisson.

**Accompagnement : Frites d'igname**

Eplucher l'igname, le rincer et le débiter en frites. Frire dans l'huile chaude, égoutter, saler.



**Escalope de dinde farcie sauce noix de coco**

- 1 kg de blanc de dinde
- 2/3 des aromates hachés
- 1/2 boîte de lait de coco
- Feuilles de laurier
- 2 patates douces
- 2 cubes saveur crevettes
- 4 cubes bouillon de légumes



Rincer le blanc de dinde et couper des escalopes.

Eplucher les patates douces, les rincer, les couper en morceaux et cuire dans l'eau chaude. Egoutter puis écraser en purée.

Mélanger les 2/3 d'aromates, les cubes émiettés et la purée de patates douces (réserver une cuillère à soupe du mélange pour la sauce).

Déposer une cuillère à soupe du mélange et une feuille de laurier sur chaque escalope.

Enrouler pour former une paupiette et maintenir avec un pic en bois.

Cuire à four chaud.

Pendant ce temps, chauffer le lait de coco avec le reste d'aromates hachés pour la sauce.

### **Accompagnement : Purée d'igname aux bananes plantains**

- 1 igname
- 4 bananes plantains vertes

Eplucher l'igname et la rincer, peler les bananes plantains.

Couper en morceaux et faire cuire dans l'eau chaude à couvert. Piquer pour vérifier la cuisson.

Une fois la cuisson terminée, égoutter et écraser pour faire un purée.

### **Beignets de bananes**

- 4 bananes mûres
- 2 œufs
- 2 cuil. à soupe d'extrait de vanille liquide
- 500 g de farine
- 500 ml de lait
- 2 sachets de levure
- 6 cuil. à soupe bombées de sucre en poudre
- 2 sachets de sucre vanillé
- sucre glace



Peler les bananes et les mixer.

Dans un saladier, mélanger la farine avec les œufs, incorporer la purée de bananes puis le lait.

Ajouter le sucre vanillé, la levure, l'extrait de vanille et le sucre en poudre.

Laisser reposer 1h00.

Chauffer un bain d'huile et déposer des boules de pâtes à l'aide d'une grosse cuillère (réalisation assez délicate). Laisser dorer à feu moyen. Vérifier que le cœur du beignet soit assez cuit.

Saupoudrer de sucre glace.

**Infusions au choix** : gingembre, citronnelle, bissap

**Boléri bolamu !**