

Paulette *le féminin fait maison*

21

MODE / BEAUTÉ
L'AMÉE ET
ÉPICÉE

DOSSIER SPÉCIAL

CROYANCES

MARABOUTAGE, VOYANCE

ET ASTROLOGIE

MUSIQUE

MIA FRYE NNEKA

LAS AVES

· C · I · N · É ·
BRUNO SANCHES

· M É L A N I E ·
· B E R N I E R ·

· J E S U I S ·
· U N E F I L L E ·

Bijou
JESSAMINE, 22 ANS

· · · · · E T A U S S I · · · · ·

HAPSATOU SY, KHEIRON
MA DEMOISELLE PIERRE
CAMILLE ENRICO
L'INDE EN
COULEURS

MAI
JUIN
2015



La dinette

Une recette top secrète

Afro fusion

LE CHEF DIEUVEIL MALONGA NOUS A
UN VOYAGE TOUT EN SAVEURS.

CREVETTES POÊLÉES

Ingrédients

- 12 crevettes « Black Tiger »
- 1 gousse d'ail
- ½ tige de citronnelle
- Poivre blanc de Penja du Cameroun
- Sel

La recette

1. Nettoyer et décortiquer les crevettes.
2. Écraser la gousse d'ail et couper la citronnelle en gros morceaux.
3. Poêler les crevettes 1 à 2 minutes de chaque côté. Ajouter la gousse d'ail et la citronnelle pour aromatiser.
5. Assaisonner avec du sel et du poivre.

PURÉE D'IGNAMES VIOLETTES

Ingrédients

- 800 g d'ignames violettes centrafricaines
- 30 cl de crème de coco
- 5 cl d'huile d'olive
- Sel, poivre du paradis de Sierra Leone

La recette

1. Mettre une grande quantité d'eau salée à chauffer.
2. Laver et éplucher les ignames,

les cou
penda
pour e
3. Les
dans l'
penda

4. Mixer les ignames cuites avec la crème de coco et l'huile d'olive.
5. Assaisonner la purée avec une pincée de poivre du paradis de Sierra Leone et du sel.

LE CRUMBLE DE GINGEMBRE

Ingrédients

- 100 g de cacahuètes décortiquées et sans peau
- 20 g de gingembre
- 70 g de sucre
- 5 cl d'eau

La recette

1. Hacher les cacahuètes à l'aide d'un rouleau à pâtisserie ou d'un large couteau.
2. Râper le gingembre.
3. Mettre tous les ingrédients dans une grande poêle ou dans une marmite en inox. Faire chauffer à feu doux et porter à ébullition.
4. Laisser caraméliser puis bien remuer.
5. Laisser légèrement tiédir puis étaler sur du papier sulfurisé.
6. Laisser refroidir puis casser en petits morceaux.

- Piment à Espelette
- Quelques échalotes coupées finement

Préparation

Dans un bol, verser le jus de Bissap, le miel et les échalotes. Assaisonner d'une pincée de sel et de piment d'Espelette. Émulsionner le tout avec un fouet et ajouter doucement l'huile.



Dieuveil Malonga

Sa cuisine afro fusion est un pont culinaire entre les cuisines gastronomiques africaines et occidentales.

Facebook facebook.com/pages/Chef-Malonga / **Instagram** @dieuveilmalonga

