

Ecole Notre Dame du Perpétuel Secours
Des Sœurs Salésiennes des Cayes

MENU

Maine Bar- restaurant

oulette de riz

5\$



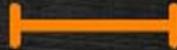
creme de pellure de legumes

3\$



lasagne d'igname

10\$



tamtame de magnoc
puree de gombo

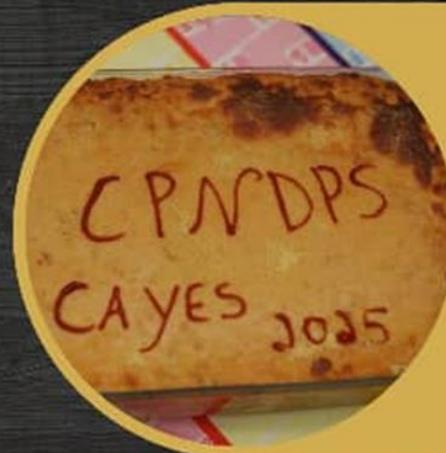
19 \$



tarte au thym a la mangue

7\$

Telephone: (509) 44075151
adresse: avenue catagena,
demapoux, carfour Boyer



Bonne degustation

Ecole Notre Dame du Perpétuel Secours Des Sœurs Salésiennes des Cayes

Boulette de Riz

- 2 tasses de riz cuits
- 1/2 tasse d'oignons en brunoise
- 1/2 tasse de poivron jaune en brunoise
- 1/2 tasse de poivron vert en brunoise
- 1/2 tasse de poivron rouge
- 1 tsp de sel
- 1 tstp de moutarde
- 3 gousses d'ail ciselé
- 1tbsp de persil ciselé
- Poivre à volonté
- 1 œuf
- 1 piment vert.

Préparation

Passer la moitié de riz au moulin, puis tout mélangé, faites des petites boules et les faire frire dans un bain de friture.



**Ecole Notre Dame du Perpétuel Secours
Des Sœurs Salésiennes des Cayes
Purée de légumes**

- Pelures de légume
- 3 pommes de terre
- 2 carottes
- Sel
- Poivre
- Lait de coco
- 1 tbsp de sucre
- 1 trait de moutarde



Préparation

Faire bouillir les pommes de terre et les carottes avec leurs pelures en ajoutant de l'ail, du persil et du céleri. Après la cuisson les faire refroidir et ensuite les faire mixer puis passer à l'aide d'une passoire, Remettre la purée au feu doux et assaisonner de sel, et de poivre. Ensuite faire une liaison avec du lait de coco et de la crème préalablement chauffé. Verser ensuite une cuillère à soupe de sucre, 1 trait de moutarde. En fin de préparation servir dans une assiette creuse ou un bol à potage. Puis décorer esthétiquement avec des pelures de carottes, du persil ou de quelques feuilles de basilic.

Ecole Notre Dame du Perpétuel Secours Des Sœurs Salésiennes des Cayes TamTam Manioc

- 2 tasses de farine de manioc
- 1 tasse et demie d'eau
- 1 tsp de sel
- 4 tasses de gombo
- 6 tasses de liquide fond ou fumet
- 1 tasse de jus de coco
- 1/2 tbsp de sel
- 2 tsp de tritri
- 1/2 tsp de girofle
- 1tsp assaisonnement complète



- Bouquet garnis, poivre noir.



Préparation

Faites bouillir l'eau puis l'eau ajouter du sel puis ajouter la farine d'un coup. Tourner vigoureusement jusqu'à ce qu'elle se détache de la cocotte. Laver les gombos, les faire bouillir avec du sel et de l'ail. D'autres part préparer les viandes (viandes salée, tritri, poissons sécher,). Ajouter une cuillère de curcuma, assaisonnement complet, jus de coco à volonté, ajouter les 2 tasses de fumets rectifier l'assaisonnement puis laisser mijoter jusqu'à consistance normale.



Ecole Notre Dame du Perpétuel Secours Des Sœurs Salésiennes des Cayes

Lasagnes d'ignames

- 1 igname virale blanche
- 2 livres de viande hachée
- 1 tasse d'oignons
- 1 tasse de poivron de toutes les couleurs
- Persil chopé
- 3 poireaux
- 1 tête d'ail
- 2 œufs
- 5 tasses de lait
- 1 lb de fromage kraft
- 1/2 lb mozzarella
- 1/2 lb parmesan
- Moutarde à volonté
- 1 tasse de margarine
- 12 tomates
- 1 tsp d'oregano
- 1 tbsp de poudre basilic



Préparation

Faire bouillir l'igname avec du sel d'autres part préparer une farce de viande à la sauce de tomate. Écraser ensuite l'igname avec une presse légumes tant qu'il est chaud. Faire une sauce béchamel moyen avec la margarine. Puis dresser le montage en alternant pote d'ignames farce au fromage, béchamel dans un bol à gratin (pyrex).
Cuire au four à 350 degrés Celsius durant 30 minutes.

Ecole Notre Dame du Perpétuel Secours Des Sœurs Salésiennes des Cayes

Tarte au thym basilic à la mangue



- 2 tasses de farine
- 1/2 lb de beurre doux
- 1/2 tsp de sel
- 1 tsp Essence vanille
- 1/2 tasse de sucre en poudre
- 1 tbspc de basilic ciselé
- 1 tbspc de thym en poudre
- 4 mangues de chair ferme

Préparation

Dans un mixeur défaire le beurre en pommade

Ajouter le sel et la vanille. Ajouter ensuite le sucre et les herbes, puis la farine. Graisser une moule à tarte de 10 pouces. Recouvrir la pâte de papier de cuisson. Foncer la moule à tarte. Faire cuire au four pendant 45 minutes. Après la cuisson à blanc : garnir des tranches de mangues finement et décorer de cerise rouge et vert, de raisins secs et saupoudrer de cannelle pour une deuxième cuisson qui dure 15 minutes.

Servir dans une assiette à dessert. Décorer avec des pelures de mangues.

Bonne Dégustation !!!