

YRAYRA-SEKA

Ingrédients pour quatre personnes

500g de riz parfumé

Légumes :2 tomates fruits, 2 piments, 2 oignons,
2 bottes de cives, 300g d'haricots verts (obligatoires)
2carottes de taille moyenne, poivrons : 1Vert, et 1 rouge,
pommes de terre ou des tubercules aux choix,
huile végétale (en petite quantité), cube d'assaisonnement,
herbes aromates, et du poulet .

Préparation

- 1- laver le riz et le cuire à la vapeur ou le sécher à l'aide d'un micro-onde.
- 2- couper les légumes de manière à bien les présenter, je les coupe en forme légèrement oblique comme le faisait ma mère.
- 3- faire bouillir le poulet avec les aromates dans une eau suffisante de sorte à obtenir un bouillon qui va servir à préparer le riz et le reste des ingrédients ;
- 4- Ensuite il faut grillez ou frire le poulet ;
- 5- faites revenir 2 minutes les oignons et les cives dans un peu d'huile à feu doux, avant de les faire suivre du reste des légumes, et rajouter le bouillon ; laissez mijoter au feu vif pendant 10 minutes puis rajouter le riz. Une fois le riz sur le feu veillez régler le feu de sorte à éviter qu'il se crame . L'eau va considérablement diminuer , une fois que l'eau est bien diminué, vous réduisez le feu très doux puis laissez séché le riz.

La cuisson de ce plat varie entre 30mn à 1h de temps le temps est lié à la quantité et à la qualité de riz utilisé.

Particularités

le riz sera très cuit mais restera sec et séparé, ensuite il se reposera sur une croûte qui sera servie avec de la salade ou servir à faire une salade de riz.



Bernadette Dakouri