

A Mayotte, on cuisine beaucoup de poisson

choisir un poisson à chair tendre (pour exemple : la limande-sole )

ingrédients :

1 cuillerée à café de cumin

2 oignons

1/2 citrons vert

1 pincée de poivre moulu

1/2 piment rouge

4 tomates

sel

1 pincée safran

1 pincée ail

l'huile de tournesol

cuisson :

frir le poisson dans l'huile

mettre les ingrédients et mélanger dans la marmite pendant 2min puis ajouter les épices et cuire à feu doux 20min

accompagnement :

on déguste avec du riz ou des bananes frites

