

FONDATION



RIZ DE
SAINT-VINCENT



ÉCOLE PUBLIQUE DE KOUAOUA - CM2 -
2020

RIZ À LA CITROUILLE



RIZ À LA CITROUILLE

INGRÉDIENTS

- 50 g de riz
- 1/2 citrouille
- 1 botte de laitrons
- 1 botte de coeurs de citrouille
- 4 tranches de steaks de cerf
- 6 coco secs : 1 litre de lait de coco
- 2 oignons verts
- Sel et poivre

Préparation : 1h

4 parts

Cuisson : 30min

- 1- Eplucher et couper la citrouille en cubes
- 2- Les mettre ensuite dans une marmite et y verser un demi litre de lait de coco. Porter à ébullition.
- 3- Verser petit à petit le riz cru dans la préparation en touillant constamment jusqu'à que le riz cuisse.
- 4- Griller au feu de bois les steaks de cerf marinés la veille.
- 5- Cuire les coeurs de citrouille dans un litre d'eau.
- 6- Les égoutter puis les réserver.
- 7- Nettoyer et couper les laitrons. Les mettre ensuite dans un saladier.
- 8- Y rajouter les oignons verts coupés, le jus de citron et le restant de lait de coco. Saler et poivrer.
- 9- Dresser enfin l'assiette. Bon appétit !