NDOLE

Préparation : 2h 30 min
8 personnes:

- 1 kg de Ndolé
- 600 g d`arachides blanches
- 1 kg de viande de bœuf dans le paleron
- 500 g de crevettes ou écrevisses fraîches
- 20 g de gingembre
- 3 gros oignons
- 2 poireaux
- 4 échalotes
- 4 gousses d`ail
- 50 cl d`huile de tournesol / arachide
- 1 bouquet garni
- 3 bouillon cubes
- 1 pincée de kanwa ou de bicarbonate
- Du sel
- Du poivre

1. Faire cuire les feuilles pendant 30 minutes et juste au début de l`ébullition jeter la pincée de kanwa ou de bicarbonate (pour garder la couleur verte des feuilles).
2. Verser le ndolé dans une passoire.
3. Mettre le ndolé dans une petite bassine d`eau froide, le malaxer très fort, puis l`égoutter.
4. Recommencer l`opération jusqu`à disparition de l`amertume.
5. Former des petites boules en prenant soin de bien les essorer.
6. Couper la viande en morceaux. Les faire cuire dans une cocotte remplie d`eau. L`eau doit recouvrir la viande pendant toute la cuisson. Saler, poivrer et ajouter le bouquet garni.
7. Porter à ébullition et laisser cuire le tout pendant 20

minutes.

8. Réserver le bouillon et la viande. Faire cuire les arachides pendant 20 minutes environ. Celles-ci ne doivent plus être croquantes.
9. Laisser refroidir puis mixer. Réserver.
10. Éplucher le gingembre, l`ail, les échalotes et les oignons. Mixer le gingembre avec deux oignons, un poireau et l`ail. Réservez.
11. Hacher finement le 3ème oignon et le 2ème poireau et les jeter dans l`huile chaude. Laisser mijoter le tout pendant 5 minutes.
12. Ajouter la viande, les crevettes décortiquées, 1 litre de bouillon de viande et les arachides mixées. Porter le tout à ébullition pendant 45 minutes en remuant de temps en temps.
13. Émietter les petites boules de ndolé sur la préparation en remuant avec une spatule afin de la rendre homogène.
14. Ajouter les échalotes finement hachées, 50 cl de bouillon de viande, les 3 bouillons cubes. Laisser mijoter le tout à feu moyen pendant 15 minutes.

LES CONSEILS DE NINA:

Servir avec des Bananes plantains frites, du riz ou encore des pommes de terre.