LA SAUCE GOMBO

Ingrédients :

400 g de gombos ou plus

400 g de bœuf, coupés en cubes

Du poisson fumé (facultatif)

Des morceaux d’ escargots (facultatif)

Des morceaux de crabe(facultatif)

Des gambas ou de grosses crevettes fraîche (facultatif)

3 oignons

2 ou trois tomates

2 cubes de bouillon

1 piments frais (facultatif)

sel

1 litre d’eau

Poudre de crevettes et poudre de poisson

Préparation :

1. Laver les gombos, émincez les très finement. Dans une casserole sur feu moyen faites revenir le gombo avec 1/3 de verre d’eau ajouter de la potasse 1 petit bout ou 1 pincée de bicarbonate de soude (pour donner le côté gluant) battre avec une cuillère en bois pendant 5 mn environ. Réservez.

2. Dans une marmite, mettre le bœuf, et les escargots (préalablement rincés) et un peu d’eau 1/2 verre environ, ajouter 1 oignon découpé en dés et 1 tomate écrasée à la main

1 cube bouillon, puis faire revenir pendant 10 minutes.

3. Ensuite ajouter 1 oignon, les tomates, le piment, couvrir d’eau. Laisser bouillir 30 mn.

4. Retirer et écraser les tomates, l’oignon, le piment dans un blender.

5. Ajoutez le mélange à la sauce avec le gombo mis en réserve.

Remarque : Si la sauce est trop épaisse à ce stade rajouter juste 1 peu d’eau, si au contraire elle est trop liquide pas assez de gombo ajouter une cuillère à soupe de gombo sec ou 1 peu plus selon votre convenance.

6. laissez cuire pendant 20 minutes.

7. Rajoutez les crabes, les crevettes ou gambas, la poudre de poisson et de crevettes une cuillère à soupe raz de chaque, le cube bouillon vérifiez l’assaisonnement et salé si nécessaire.Découpez le 3 ème oignon en dés. Laissez mijoter le tout 20 à 30 mn à feu doux.

4. Servez avec du riz, du placali, du kabato ou du foutou.

LES CONSEILS DE NINA: Pour connaitre la cuisson d’une sauce, le gras doit apparaître au dessus.