BURKINA FASO / BURKINA FASO

TÔ DE MAIS / SAUCE BOURIBOURRI AU BŒUF
PAR LE CHEF PAUL ANTOINE NAZAIRE ROUAMBA
(11 ANS AU SEIN DE CIS BURKINA FASO)

Ingrédients

5kg de viande de bœuf fumé (avec os), 2kg d'oignons, 3g de feuilles de laurier, 3kg de pâte d'arachide, 1kg de tomates fraîches, 10g de sel, 30 gr d'ail, 200ml d'huile végétale, 5g poivre noir, 2kg de feuille Bouribourri, 2kg de farine de maïs.

Instructions

1/ Découpez la viande en morceaux de 4cm.
2/ Pelez et coupez les oignons.
3/ Lavez et assaisonnez votre viande, une fois les oignons dorés, ajoutez la viande dans la casserole.
4/ Ajoutez du poivre, laissez dorer, la viande et les oignons doivent s'évaporer.
5/ Rajoutez les tomates fraîches et la pâte d'arachide.
6/ Recouvrez d'eau bouillante, juste assez pour immerger la viande. Laissez cuire pendant 2 heures et demi sur un feu moyen.
7/ Rajoutez les feuilles de Bourbourri
8/ Pour faire le tô de maïs, mettre 1litre d'eau dans la casserole et la laisser bouillir.
9/ Prenez ensuite une calebasse, rajoutez 50g de farine de maïs mélangé à de l'eau froide et lier avec l'eau chaude pour obtenir de la bouillie.
10/ Rajoutez la farine de maïs lentement dans la bouillie en remuant lentement jusqu'à ce que vous obteniez une pâte.
11/ Mettre la pâte dans une assiette et la laisser refroidir pendant 15mn avant de servir

« La vraie cuisine est une forme d'art. Un cadeau à partager », Oprah Winfrey

À propos du chef

Le chef Paul Antoine Nazaire ROUAMBA, âgé de 48 ans, a été initié à la cuisine dès son plus jeune âge grâce à sa mère.

À l'âge de 21 ans, il a commencé sa carrière en tant qu'aide cuisinier à l'hôtel INDEPENDANCE, et devint par la suite cuisinier à 23 ans, puis gradé chef de cuisine pour l'hôtel Pacific à ses 30 ans. Depuis 2010, il est chef de cuisinier pour CIS-BURKINA FASO.