LE COMPTOIR AFRICAIN

Un autre commerce, un autre monde …

The News-Pepper(*)

(*) celle-là, on la doit à Gene …

Année 6
Volume 10
La 62ième
Octobre 2019

Un blog comme on les aime.

LA CUISINE
c'est simple

« La Cuisine C'est Simple » est un recueil de recettes simples mais succulentes. Toutes les recettes commencent par « Simple comme » et c'est amplement justifié.

Myriam Baya enchante nos papilles mais aussi nos cerveaux, tant rien qu'à lire ses recettes, on a le cerveau qui salive. (Si,si, ça peut …)

https://www.lacuisinecestsimple.com

Epicement vôtres,

Geneviève et Bernard

Simple comme des boulettes d'agneau au lait de coco

Du blog de Myriam.
Simple comme … Et surtout infernalement bon.
Une recette, parmi tant d'autres, à essayer immédiatement !
Vous la trouverez en cliquant ici.
Bon appétit !

Bassin du Congo : l'Afrique des épices méconnues

Poivre, maniguette, cannelle, citronnelle, noix de muscade africaine, gingembre, kororima, clou de girofle, cardamone, ail sauvage, jujube et autres épices et plantes aromatiques… L'Afrique centrale regorge de trésors végétaux aux arômes magiques. Mais des trésors « discrets », car peu connus et valorisés.

Zone forestière par excellence, abritant l'une des biodiversités végétales les plus riches et les plus contrastées du monde, l'Afrique centrale regorge d'épices, dont certaines endémiques. Mais c'est aussi la région des épices non encore identifiées, sauf par les populations autochtones et locales qui les cueillent depuis des millénaires. Les voisins de la RD Congo sont également des greniers à épices. La

République centrafricaine compte du poivre sauvage, dit « poivre des gorilles », de la cardamone et des clous de girofle que l'on peut trouver désormais en Belgique.

(Source: https://www.makanisi.org)

Le macis de muscade.

C'est l'enveloppe qui entoure la noix de muscade. Le macis possède un goût plus doux et plus raffiné, qui parfumera toute en délicatesse des fruits poêlés, un poisson en papillote, un ragoût de mouton, une purée de pommes de terre, dans une paella, dans un pain d'épices, partout où l'on peut utiliser la noix de muscade.

Proposer nos produits à vos clients?

Chaque mois, de nouveaux magasins décident de proposer nos produits à leurs clients. Voir la liste
Vous souhaitez rejoindre notre réseau de revendeurs ? Vous connaissez une épicerie dans laquelle vous verriez bien nos produits ? Suggérez leur de nous contacter !
Quelques 8 nouveaux points de vente se sont ajoutés en septembre à la liste des magasins qui vous proposent nos produits.

Quelques fruits et légumes du mois

Le site qui vous suggère quels fruits et légumes de saison manger, chaque mois.
Au moins, en achetant ceux-là, vous êtes sûrs de ne pas manger des « trucs » pas trop naturels :-)

Les recettes du mois.

- **Potimarron farci à l'indienne** La recette ici
- **Salade d'aubergines rôties aux épices** La recette ici
- **Porc à la cévenole** La recette ici
- **Velouté de cèpes et châtaignes** La recette ici

Et toujours plus de recettes sur notre site, ainsi que les vôtres , si vous souhaitez nous envoyer vos recettes préférées.

C'est quand qu'on sera où ?

◊ **les 4, 5 et 6 octobre**, aux Jardins d'Aywiers à Lasne.
Fête des plantes et du jardin.
Le 4, de 12h à 18h et les 5 et 6, de 10h à 18h.
Rue de l'Abbaye, 14, 1380 Lasne

◊ **Le 13 octobre**, après-midi, chez Great Market, Chaussée de Louvain 650, 1030 Bruxelles

◊ **Le 20 octobre,** Saveurs d'automne, à la Ferme Nos Pilifs. De 9h à 18h.
La ferme Nos Pilifs, Trassersweg 347, 1120 bruxelles 02/262 11 06

◊ Le 11 novembre, chez Plaisir Di … Vin, comme chaque 11 novembre.

◊ Les 23 et 24 novembre, les 20 ans de l'Artisan du Café à Verlaine

Venez nous y retrouver, c'est toujours un plaisir de partager notre passion avec vous.

Vous désinscrire :-(

Ce serait dommage mais c'est possible … ici.

http://www.comptoirafricain.be
Em@il: info@comptoirafricain.be

Find us on Facebook