LE COMPTOIR AFRICAIN

Un autre commerce, un autre monde …

The News-Pepper(*)

(*) celle-là, on la doit à Gene …

Année 7
Volume 1
La 65ème
Janvier 2020

On est repartis !

Nous voilà repartis pour une nouvelle année.

2019 a été, pour le Comptoir Africain, une excellente année:

- Des nouveaux produits (currys rouge et vert, chimichurri, tutampwâvron, poivre Timiz…)
- Des nouveaux producteurs (Ethiopie, Népal, …)
- Des nouveaux points de ventes, plus de 20.

Et toujours le même bonheur, le même plaisir, à travailler avec vous, que vous soyez producteur, point de vente, restaurateur, utilisateur.

Nous vous remercions pour votre enthousiasme, votre intérêt, votre professionnalisme, la qualité de votre service.

Et nous nous réjouissons déjà à l'idée de passer cette nouvelle année avec vous.

Nous vous souhaitons tout le meilleur pour cette année 2020.

Epicement vôtres,
Geneviève et Bernard

Le proverbe du mois.

Au Burkina, les vieux aiment dire que «la bouche qui parle oublie très souvent que les oreilles qui écoutent ont une cervelle».

Vous désinscrire ☹

Ce serait dommage mais c'est possible … ici.

Epiphanie, galette des rois …

L'Épiphanie ou Jour des Rois est une fête chrétienne commémorant la visite des rois mages à l'enfant Jésus. Épiphanie provient du grec Epiphaneia, qui signifie "manifestation".

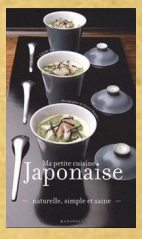
Et si vous fêtez l'Épiphanie, n'achetez pas une galette industrielle, allez la chercher chez un artisan boulanger/pâtissier ou faites-la vous-même.

Vous trouverez dans la section « Les recettes du mois » la recette « Galette des rois inratable de Candice Kother ». De plus, voici un lien pour imprimer vous-même un couronne.

La cuisine japonaise. 日本食

La cuisine japonaise peut être définie strictement comme la cuisine traditionnelle du Japon, appelée en japonais Nihon ryōri (日本料理?) ou washoku (和食?)précédant l'ère Meiji, par opposition à la cuisine yōshoku (洋食?, litt. « cuisine de l'Ouest ») répandue au Japon, qui tire ses origines de l'importation et l'adaptation de plats occidentaux. Elle est constituée de poissons, de riz ou de nouilles, de légumes et d'algues, généralement assaisonnés avec des condiments locaux.

La saveur umami (うまみ?) est présente dans de nombreux plats ; la viande est en général absente de la cuisine traditionnelle. Il est fréquent de manger en accompagnement lors d'un repas une petite soupe ainsi que des légumes macérés appelés tsukemono, le tout en utilisant des baguettes. Les plats les plus typiques sont les sushis et les sashimis, les nouilles udon et soba, les plats à la sauce teriyaki, ainsi que le tōfu et le nattō. Les Japonais ont aussi importé des recettes qui ont été adaptées et sont ensuite devenues des classiques comme les fritures tenpura, le katsudon, le riz au curry ou les rāmen. Il existe également des boissons (thé, alcool de riz) et des pâtisseries (wagashi) typiquement japonaises. On trouve de nombreux ustensiles spécifiques à cette cuisine, notamment des couteaux, l'art de la coupe étant très développé au Japon.



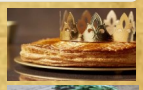
Suite à des demandes, certes ponctuelles, mais croissantes, nous avons trouvé une excellente source de produits japonais, sur demande. (Un peu de délai …) N'hésitez pas à nous contacter à ce propos.

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.

- **Galette des rois inratable de Candice Kother** La recette ici



- **Poulet au sésame** La recette ici

- **Ravioli frits et sauce marinara** La recette ici
- **Velouté de panais aux poivrons grillés** La recette ici

Les thés et infusions de SCOPTI/1336

1336 Voici la liste des points de vente des thés et infusions de nos camarades de SCOPTI/1336 en Belgique. Buvez solidaire !

Un peu de saine lecture …

A tavola

Ugo Federico & Francesco Cury.

La cuisine italienne traditionnelle et authentique, réinventée.

Dans leur restaurant Racines de Bruxelles, Ugo et Francesco réinventent les plats traditionnels italiens tout en les respectant, et proposent une sélection pointue de vins natures pour les accompagner. Pains & focaccia, antipasti & entrées, pâtes & sauces, légumes & garnitures, plats principaux, desserts… Ils nous offrent ici 70 de leurs meilleures recettes et accords vins. Ugo travaille les produits slow food, de saison et locaux, et réinterprète magistralement les plats de pâtes fraîches faites maison qu'il associe aux légumes de saison, belges et italiens.

Les vins proposés par Francesco sont des vins natures, bio, biodynamiques, ceux qu'on élève avec amour dans des amphores, des cuves en ciment ; des vins vivants. Se le procurer ? C'est ici.

Et n'hésitez pas à aller savourer la cuisine de Racines.

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

Find us on Facebook