

Le ricette di Casa Priscilla



“Riz au gras”

Piatto tipico del **TOGO**

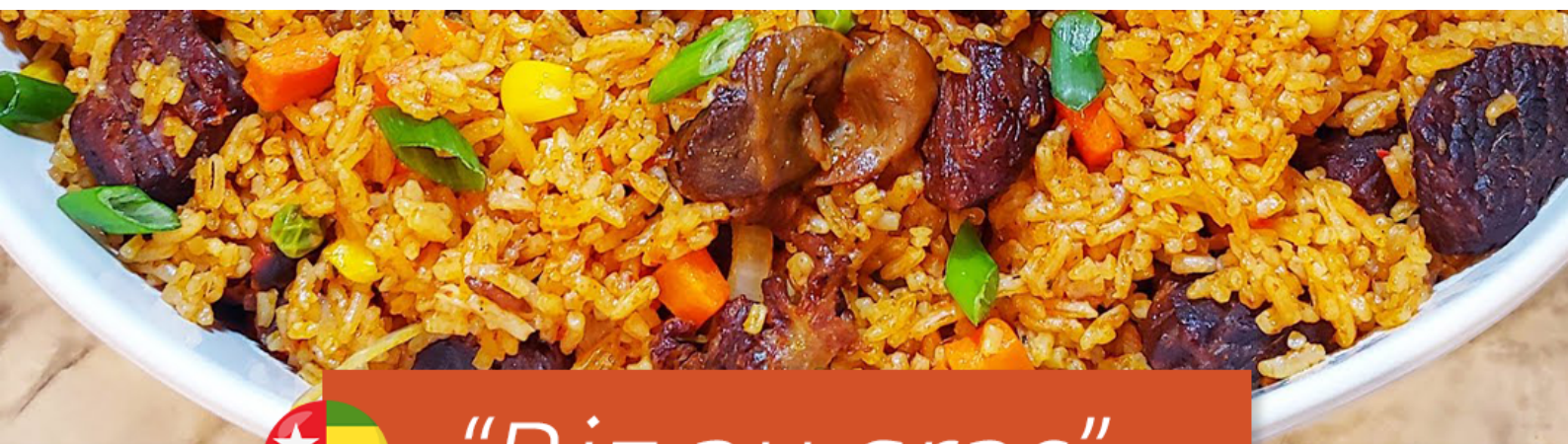
INGREDIENTI

Riso: Riz parfume (jasmine)

Per il sugo: Pomodoro, Peperoni (rosso), Cipolla, Aglio, Zenzero

Verdure da aggiungere: Carote, Fagiolini, Piselli, Rapa rossa

Proteine da aggiungere: Carne di manzo o pollo, Pesce (sgombro)



"Riz au gras"

PREPARAZIONE

Frullare le verdure per il sugo.
Versare il sugo in pentola con olio e acqua.
Accendere il fuoco e aggiungi le altre verdure tagliate. Quando le verdure saranno cotte aggiungere il riso.

Portare avanti la cottura del riso a fuoco basso. Intanto friggere la carne e il pesce a parte. Mescolare il riso finché non sarà morbido e cotto, se è necessario aggiungere ancora acqua calda.

Durante la cottura del riso aggiungere anche carne e pesce già cotti e altra cipolla tagliata a fette. Servire il "riz au gras" su un unico piatto molto grande.

CURIOSITÀ e STORIA

Piatto comune della cucina del Togo, che si mangia spesso.

Si mangia in compagnia servendo il riz au gras in un piatto grande per terra, tutti seduti in cerchio e si mangia con le mani, tutti insieme senza piatti e posate (quindi le mani devono essere molto pulite).

A volte si fa un piatto grande per i bambini e uno per gli adulti.

RICORDO PERSONALE

La mamma accolta ha diversi ricordi di quando era piccola, di quando mangiava questo piatto alle feste, soprattutto per il ramadan. Pur essendo un piatto comune piace molto prepararlo alle feste per mangiarlo tutti insieme.

Questa ricetta è stata insegnata dalla sua mamma, e ogni mamma la trasmette ai propri figli/e. Le femmine della famiglia sono obbligate ad imparare a cucinare e a cucinare per i propri mariti, per i maschi invece è facoltativo imparare, c'è chi vuole imparare a cucinare e chi no, i maschi hanno libertà di scelta.

Questo piatto le piace molto cucinarlo per la propria famiglia. Quando cucina anche per altre persone non lo fa così volentieri come per il proprio marito e per le proprie figlie. Quando è per la sua famiglia ci tiene che sia tutto perfetto. Molto spesso è curiosa di cercare nuove varianti o fare delle piccole modifiche per far assaggiare qualcosa di nuovo.

Fa molte ricerche su internet e sui social per avere sempre nuove ricette da proporre.



Chi accoglie e ama suo fratello, dimora nella luce (1Gv 2,10)
Prega e abbi cura di lui (Lc 10,35)

Ogni giorno a Casa Priscilla accogliamo mamme con i loro bambini che hanno bisogno di cura, supporto e forza per ripartire. Prima di tutto da sè.

Sostieni i nostri progetti di cura

www.casaprisquilla.org