

JET NEWS #4



L'art culinaire à Ku Jericho

Chers amis, Chère famille,

C'est avec grand plaisir que je vous retrouve dans cette quatrième Jet News. Aujourd'hui, je vais vous parler de la cuisine et de l'alimentation au Tchad. Avec beaucoup de soleil et beaucoup d'eau, le climat est propice à l'agriculture. Cependant, actuellement en saison des pluies, les terres agricoles sont parfois complètement inondées, il faut donc se tourner vers les pays voisins.

La nourriture de base pour les Tchadiens est la boule avec une sauce au gombo. C'est un plat qui remplit bien le ventre, mais que je n'apprécie pas trop de part la texture gluante de la sauce.

La boule est réalisée à partir de farine de riz, de mil, de maïs ou de manioc. C'est tout simplement la farine cuite dans une grande casserole avec de l'eau, puis insérée dans un moule, oualebasse, qui lui donne sa forme bien particulière. La sauce gombo est faite à partir de gombo, un légume vert qui devient très gluant à la cuisson, de viande ou de poisson et de potasse, qui rend la sauce encore plus élastique.





Au niveau des fruits, ça tourne au niveau des saisons. En ce moment, nous sommes en pleine saison des mangues. La prochaine saison est celle des goyaves, et la précédente était celle des papayes et des oranges.

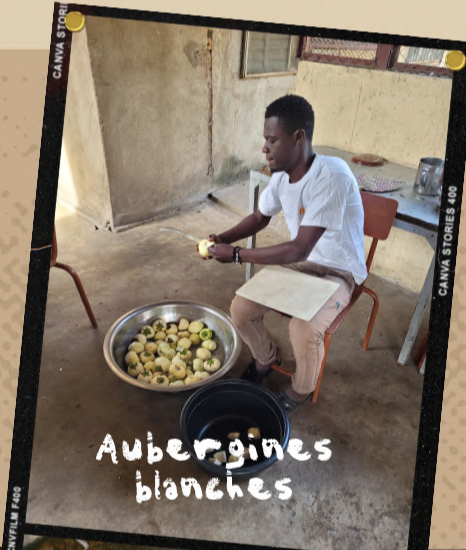
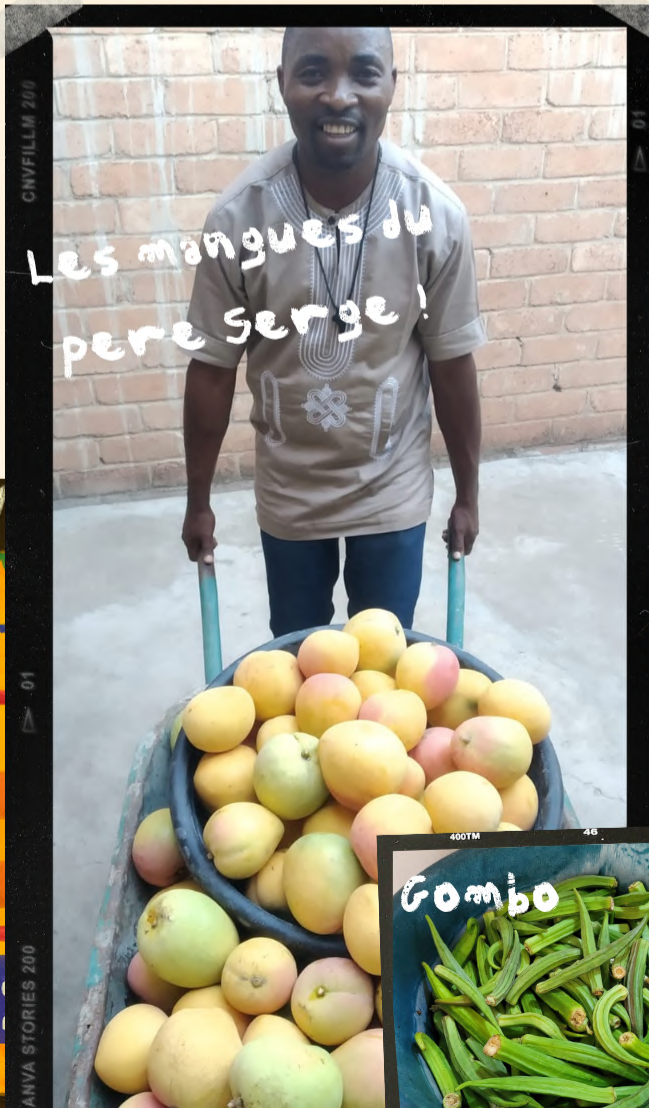
Beaucoup de fruits se trouvent au marché grâce au Cameroun, tels que les bananes, les pastèques, les avocats ou les ananas.

Au niveau des légumes, nous trouvons des tomates, des oignons, des concombres, des aubergines, des courges, du gombo, des haricots, des carottes ou des champignons.

Beaucoup de légumes feuilles sont aussi utilisés, notamment dans les sauces tels que le chou, la laitue, et les feuilles de patate, taro, dah et épinard.

Les céréales et les féculents sont principalement le riz, le mil, le maïs, la banane plantain, l'ignam, la pomme de terre, le manioc et le taro.

Les produits laitiers sont malheureusement (pour un français) très rares voire inexistants. Le lait est importé en poudre de France ou de Belgique.



Les protéines sont présentes à chaque repas par la viande de cabri, de poulet ou de bœuf, et par les poissons du logone oriental (le fleuve qui passe à Moundou). Ces derniers sont consommés frais, mais la plupart du temps, fumés et séchés (pas de congélateur ni de glacière ici). Les arachides, très présentes dans la régions, et à très bas coût, sont aussi une excellente source de protéines.

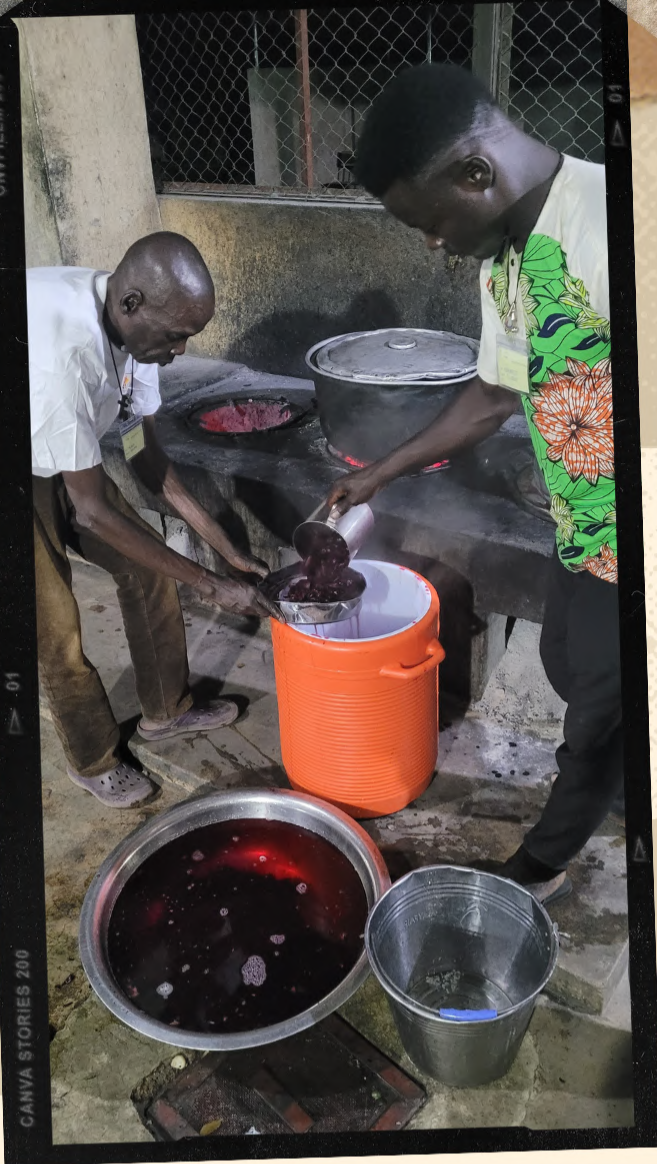


Les pecheurs dans le lac OUEI !



Au Tchad, si le plat de base est la boule sauce gombo, le plat de fête est le poulet. Il n'est pas rare de se faire servir du poulet lorsque nous sommes invités à manger. Nous avons alors l'honneur de manger le gesier du poulet. Si nous le finissons, nous serons digne de l'hospitalité de notre hôte.





Au Tchad, on fait du bissap, que j'apprécie tout particulièrement. C'est une boisson réalisée à partir d'infusion de fleur d'hibiscus, de gingembre et de sucre. C'est une boisson très bonne et douce en bouche. Au niveau des boissons de grande production, TCHAD BOISSON, à Moundou, produit diverses bières locales et sodas.

La spécialité alcoolisée ici, est la bili-bili, issue de la fermentation du mil. C'est une certaine source de revenus pour les petits producteurs mais chaque soir, les hommes se retrouvent pour la consommation de cette boisson fortement alcoolisée. C'est un sérieux problème dans la région.

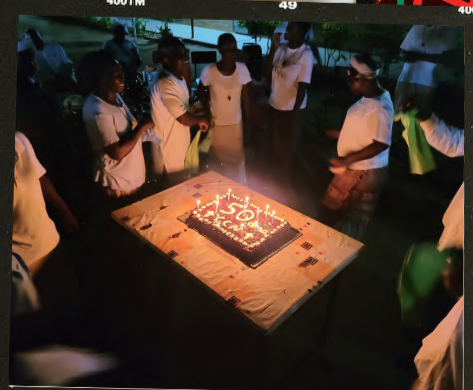
Jour de fete a
Ku-Jericho!



Il n'y a pas ou peu d'entrée ou de dessert ici, c'est surtout un gros plat principal qui va ravir nos estomacs. D'où l'enthousiasme quand je prépare des gâteaux.



La touche française avec brioche et gateau pour les 50ans de la communauté



Le magnifique ciel rose de
la saison des pluies



Merci beaucoup pour votre soutien et vos retours sur mes JetNews ! Je suis toujours limité ici par la qualité de notre connexion internet...

Un grand merci pour vos nombreux dons, qui m'ont énormément touchés. Il me reste encore 350€ à récolter pour couvrir les frais de formation à Hautecombe. Si je reçois plus, le supplément servira pour le développement du pays. Notamment, cela est utile pour permettre aux enfants d'être scolarisés jusqu'au bout ou pour acheter des médicaments pour le centre de santé.

Le Tchad a vraiment besoin de notre aide !

Pour me soutenir, et soutenir mon projet, c'est par ici !
(Pensez à bien spécifier mon Nom/Prénom et le pays (Tchad))



<https://dons.chemin-neuf.fr/don-jet/>

