# Des goûts et des couleurs dans "Brest la blanche"

## GUINÉE

## Saga Saga

### Sauce feuilles de patates douces

**Ingrédients pour 4 personnes**

500 g de viande de bœuf avec os
1 maquereau
500 g de feuilles de patates douces
1 aubergine blanche
1 oignon
15 cl d'huile de palme (rouge)
2 gombos frais
1 cube de bouillon Maggi
50 g de poudre de poisson séché
50 g de poudre de crevettes séchées
2 cuillères à café de concentré de tomate
800 g de riz blanc

**Préparation**

Couper les oignons, les tomates, les gombos et les aubergines.

Couper la viande, laver le poisson.

Faire bouillir les feuilles de patates douces dans de l'eau.

Dans une marmite, mettre l'huile rouge, la viande, le poisson.

Quand le maquereau commence à être suffisamment cuit, enlever les arêtes. Ajouter les légumes coupés, le cube Maggi, le sel, la poudre de poisson et de crevettes séchés. Laisser cuire à feu doux pendant une heure.

Pendant ce temps, faire cuire le riz.

Mettre la sauce sur le riz.

**Des goûts et des couleurs dans « Brest la blanche »** est un projet éducatif, culturel et alimentaire porté par le collège Penn Ar C'hleuz de Brest. Six recettes ont été choisies, écrites et réalisées collectivement par les collégien·ne·s de l'UPE2A : Fidan, Cheik, Sékou, Férima, Sandigui, Zabi, Mohamed, Sékou, Aboubacar, Ibrahim, Kalil, Siaka, Mariam, Laye Moussa, Zakaria et Bindou.

L'expression « Brest la blanche » date de l'après-guerre et de la reconstruction de la ville. La ville minérale, faite de béton et de granit, va alors refléter la lumière lorsque le soleil perce les nuages, lui donnant le nouveau surnom de « Brest la Blanche » vue de la mer.

Le projet a été accompagné par les associations Yiriba et Vrac29, avec le soutien de la Ville de Brest, du réseau national VRAC et du collège Penn Ar C'hleuz.

Brest · VRAC · Collège de Penn Ar C'hleuz

Brest 2024 - Impression : Clôître - graphisme Nathalie Bihan

Ne peut être vendu.