



Recettes de cuisines, jeux

Juin 2005



Exposition réalisée dans le cadre de la commission thématique "Education plurielle à l'Ecole" du
Conseil Consultatif des Rennais d'Origine Etrangère.
Avec la Participation de : La coordination Départementale migrants de l'IA 35,
La Maison des Squares, l'AKIV, le MRAP, l'AFTAM, le Centre Culturel Islamique, ...



RECETTE DES PATES IMPERIAUX

Plus couramment appelés « Nems »

INGREDIENTS

- ? 300g d'échine de porc ou 400g de filet de poulet
- ? 300g de crevettes
- ? 1 boîte de 120g de crabe (facultatif)
- ? 2 oignons hachés
- ? 1 paquet de galettes de riz « petit format »
- ? 50g de vermicelle transparent
- ? 20g de champignons noirs
- ? ¼ de cuillerée à café de sel
- ? ¼ de cuillerée à café de poivre
- ? ½ de cuillerée à café de sucre
- ? 4 cuillerées de glutamate
- ? 200g de germes de soja
- ? 1 carotte râpée
- ? 3l d'huile de friture

PREPARATION

? Bien hacher la viande, la mélanger avec la chair de crabe. Tremper le vermicelle transparent dans de l'eau tiède pendant 5 minutes, l'égoutter puis le couper à l'aide de ciseaux en morceaux de 3cm de long.

? Tremper les champignons noirs dans de l'eau tiède pendant 20 minutes, les égoutter et les couper en forme d'allumette. Décortiquer les crevettes, leur retirer le « fil noir », les laver, les couper en petit morceaux et les faire mariner avec un peu de sel.

? Bien mélanger viande, vermicelle, champignons noirs, oignons et crevettes, germes de soja et carotte râpée ; assaisonner de sucre, de sel, de poivre et de glutamate.

? Tremper la galette de riz dans de l'eau tiède, la retirer rapidement, l'étendre sur un torchon propre (en préparer 5 ou 6 à la fois). Mettre une boule de farce (d'environ 10 ou 15g) sur chaque galette mouillée, lui donner une forme allongée en l'enroulant et en rabattant soigneusement les extrémités pour former des rouleaux de 8cm de long environ.

? Frire les rouleaux dans de l'huile chaude (environ 180°) et les retourner de temps en temps jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Les sortir puis les égoutter sur du papier absorbant.

A table, chaque convive peut enrouler le pâté chaud dans une feuille de salade et quelques feuilles de menthe fraîche et le tremper dans la sauce de « nuoc mam »

RI Z CANTONAI S

Originaire de la province de Canton (Chine)

Riz cantonnais pour 10 personnes

Riz parfumé	1kg
Jambon	5 tranches coupées en petits dés
Oeufs	4
Petits pois	100g
Sauce de soja	3 cuillères à soupe
Huile d'arachide	3 cuillères à soupe
Poivre	2 pincées

Cuire le riz dans une poêle

Faire chauffer l'huile et ajouter le jambon, les petits pois;

Laisser cuire les petits pois environ 1 minute avant de mettre le riz, le poivre, la sauce de soja.

Mélanger le tout pendant 5-6minutes.

Ajouter l'omelette coupée en fines lamelles à la fin

Décorer avec du coriandre et/ou de la ciboulette

Jeu d'origine Cambodgienne, très populaire et joué par tous les enfants ainsi que les adultes, dans les écoles mais aussi à la maison, dans les villages.

Les matériaux sont faciles à trouver et le jeu facile à confectionner.

Plume de Coq

Ecailles de poisson

Osier

Aujourd'hui, ces jeux sont souvent fabriqués en plastique (modernité oblige !)

JEU DE LA PLUME « SEI PELL »

Se joue avec le coude

La main

Le genou

La cheville



Les joueurs se mettent en cercle (de 3 à 5m de diamètre) et se passent le

« Sei pell », la plume lestée.

Il faut évidemment éviter de la faire tomber.

JEU DE BALLE

« SEI DORT »

La même règle s'applique avec le jeu de la balle en osier, « sei dort »



