

Le Mafé de Sarr

Sénégal



Prix :	€€	Prix moyen
Temps :		45min - 1h
Difficulté :		Facile



LES INGRÉDIENTS

Pour 5 personnes :

- 500g de steak
- 500g de riz
- 3 pommes de terre
- 3 cuillères à soupe de beurre de cacahuète
- 300 ml de passata
- 1 boîte de concentré de tomate
- 1 oignon
- 1 cube de bouillon de viande
- Quelques feuilles de laurier



LES ÉTAPES

- Coupez la viande en morceaux.
- Epluchez et coupez les pommes de terre, puis coupez l'oignon.
- Faites revenir la viande dans l'huile pendant 5 minutes à feu vif.
- Ajoutez-y les oignons, puis le concentré de tomates. Laissez cuire quelques instants à feu doux !
- Ajoutez la passata, puis un peu d'eau et portez à ébullition. Laissez bouillir quelques minutes.
- Ajoutez 3 cuillères à soupe de beurre de cacahuète.
- Salez, poivrez et ajoutez le cube de bouillon.
- Ajoutez les feuilles de laurier et les pommes de terre, puis recouvrez d'eau.
- Portez à ébullition.
- Quand ça bout, baissez le feu et laissez mijoter jusqu'à ce que les pommes de terre soient cuites.
- Cuisez le riz.
- Quand tout est cuit, dressez votre assiette !

C'est prêt ! Bon appétit !