

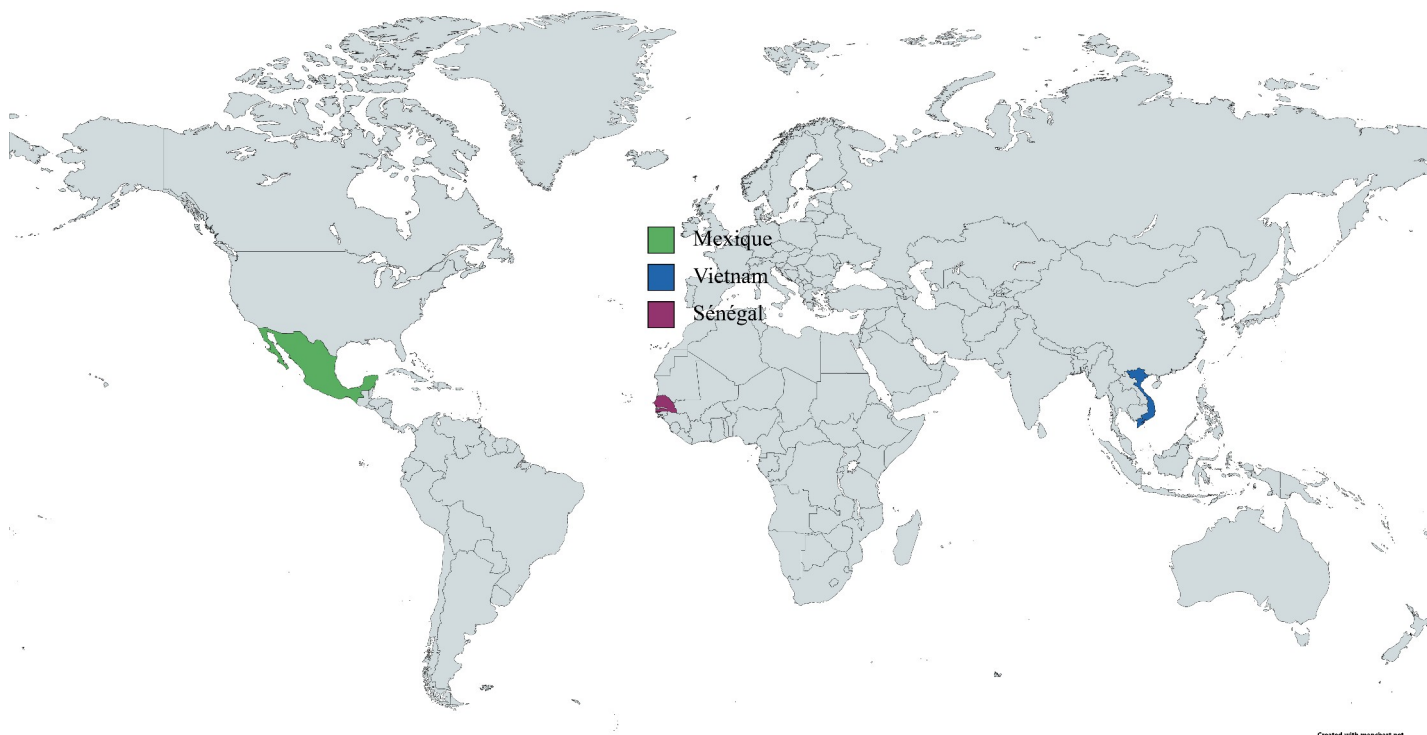
Vous trouverez dans cette fiche :**- Les noms de 3 pays****- 2 histogrammes et 1 tableau présentant les principales productions agricoles des 3 pays****- 3 recettes (très sommaires) de cuisine**

Vous devez associer chaque nom de pays avec une recette et un histogramme(ou un tableau) en vous rappelant qu'on ne cultive pas n'importe quoi n'importe où et qu'on cuisine principalement avec ce qu'on produit. Évidemment vous devez préparer l'argumentation de vos choix.

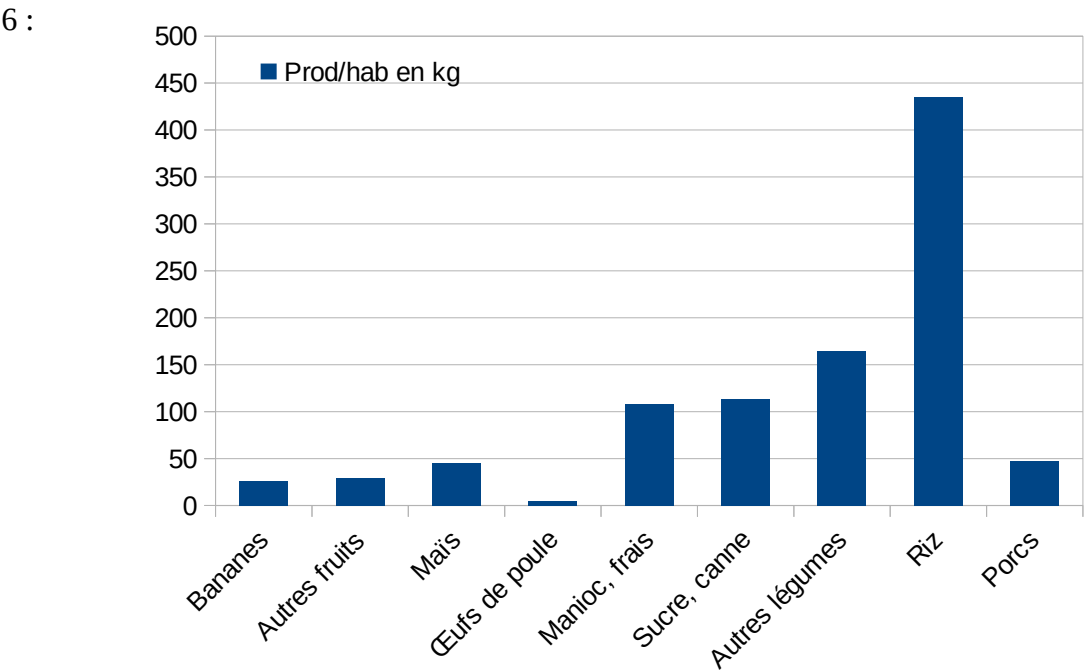
Aide pas à pas :

- Décrire les deux diagrammes et le tableau proposés : Titrer les puis décrire les informations intéressantes que l'on peut en tirer . (*Attention : X10 signifie que la valeur est 10 fois plus élevée que ce qui est indiqué*)
- Trouver dans chaque recette les principaux aliments utilisés.
- Faire le lien entre les principales productions et les aliments utilisés dans les recettes.
- Faites travailler votre culture pour retrouver à quel pays correspond chaque recette.

Facultatif : Réaliser un diagramme bâtons avec le logiciel calc qui montre la production annuelle en kg ou en nombre de bêtes/habitant de chaque « aliment » présenté.(à la place du tableau fourni.). Aide : TUTO 04-03

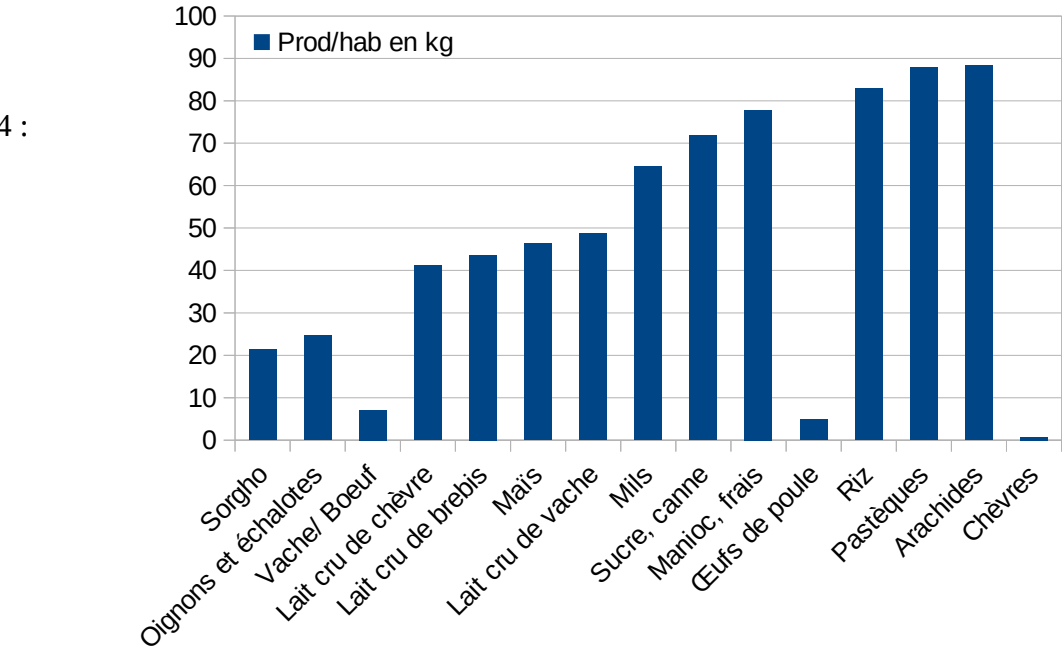
Pays :**VietNam****Mexique****Sénégal**

Diagrammes et tableau :



2 :

Produit	production annuelle	unité	Eff Pop(en millions)	Prod/hab en kg
Mangues et goyaves	2485546	tonnes	127,5	19
Avocats	2529581	tonnes	127,5	20
Bananes	2600601	tonnes	127,5	20
Lait cru de vache	2678454	tonnes	127,5	21
Citrons et limes	3102046	tonnes	127,5	24
Piments	3113244	tonnes	127,5	24
Blé	3578244	tonnes	127,5	28
poulet	3781735	tonnes	127,5	30
Tomates	4207889	tonnes	127,5	33
Sorgho	4754169	tonnes	127,5	37
Oranges	4850083	tonnes	127,5	38
Boeuf/ vache	2166748	tonnes	127,5	17
Lait cru de vache	1349800	10 tonnes	127,5	106
Porcs	1880532	tonnes	127,5	15
Maïs	2662569	10 tonnes	127,5	209
Œufs de poule	5852640	10000 No	127,5	28



E-

Ingrédients :

1 kg de viande **d'agneau**

1 petit verre de **haricot** cornille que vous laissez tremper dans beaucoup d'eau pendant des heures

2 cuillères à soupe de **pâte d'arachide**, diluée avec un verre d'eau chaude

3 cuillères à soupe de concentré de tomates

2 tomates fraîches mixées en purée

Carottes, patate douce et les légumes de votre choix

10 cl d'**huile d'arachide** // ail // 1/2 **poivron rouge**

1,5 litre d'eau // sel, poivre, **piment en poudre**, cube or 1 sachet de thiéré

Préparation :

Faire mixer l'oignon, le poivron, ail, piment végétarien puis ajouter sel, poivre, piment, cube or et réserver ...

Dans une marmite à sauce, mettre l'huile, laisser chauffer un peu, faire dorer les morceaux de viande et ajouter les haricots, laisser encore dorer ...

Mettre le concentré de tomates et la purée de tomates ...

Laisser mijoter 5 minutes et ajouter les carottes et cuillère à soupe de ce que vous avez mixé, laisser encore 2 minutes...

Ajouter la pâte d'arachide, bien remuer ...

Et puis l'eau et les patates douces ...

Laisser mijoter à feu doux pendant 30 minutes et vous devez obtenir ce résultat :

Pour le thiéré :

Mettre dans un saladier, laver 3 fois avec de l'eau froide, cette opération permet d'enlever l'excès de farine de mil et éventuellement de la poussière (tout sait que les couscous est séché au Sénégal à l'air libre) ...

Après le dernier lavage, mettre de l'eau jusqu'à ce que ça dépasse un peu le coucous, incorporer le lalo, un petit sachet vendu avec ...

Bien remuer ...

Et mettre 8 minutes au micro-ondes ...

Servir avec la sauce ...

Servir avec du **riz ou des brisures de mil** précuits à la vapeur



B-

Cette préparation a été servie en entrée pour 4 mais si vous voulez la servir en plat, il faudra doubler toutes les proportions indiquées.

Ingrédients :

- 300 g de **porc** (choisir un morceau qui ait un peu de gras comme de la poitrine)
- 300 g de **riz** (à préparer à part, le mieux, le rice cooker)
- 3 cuillères à soupe d'**huile** (si vous utilisez du poisson, du bœuf ou des crevettes, comme c'est moins gras, mettez 4 cuillères à soupe d'huile)
- 3 petites **échalotes** (elles ont la taille d'une gousse d'ail ici – Pour les nôtres, en mettre plutôt 1 grosse)
- 3 gousses d'**ail**
- 4 cuillères à soupe de **nuoc mam** (sauce poisson) => suite à vos remarques baissez la quantité à 2. Donc mettez-en 2, goûtez, et rectifiez si besoin.
- 2 cuillères à soupe de **sucré de canne** pour le caramel
- 1 cuillère à soupe de **sucré** pour l'assaisonnement (privilégiez le sucre roux. Vous pouvez aussi utiliser du miel)
- 1 bonne pincée de **poivre**
- 1 pincée de piment de **Cayenne**
- 1 **piment** doux
- Optionnel : 1 cuillère à soupe de **gingembre** frais, taillé en julienne



Coupez le porc en petits dés (1,5 cm environ). Épluchez l'ail et l'échalote et ciselez le tout. Faites cuire votre riz à part comme indiqué sur l'emballage.

Dans une petite cocotte en fonte, faites chauffer 2 cuillères à soupe de sucre avec l'huile à feu vif, en mélangeant constamment jusqu'à ce que le sucre commence à faire des petits bulles et devienne brun doré. Si vous voyez que cela va trop vite, n'hésitez pas à diminuer le feu. Dès que les petites bulles sont formées, ajoutez immédiatement les échalotes et l'ail émincé, tout en continuant de mélanger. Quand ces condiments deviennent légèrement jaunes sur les côtés et exhalent un bon parfum, ajoutez le porc et mélangez jusqu'à ce qu'il soit bien cuit, bien saisi (5 minutes de cuisson environ). Cela va vite car vous l'avez coupé en petits morceaux.

Diminuez le feu et ajoutez le nuoc mam, le sucre, le poivre, le piment, le gingembre et 1 piment doux coupé en dés. Faites mijoter à feu doux en tournant la viande de temps en temps, jusqu'à ce que la sauce épaississe. (2 à 3 minutes) Couvrez et laissez cuire encore 5 minutes. A ce stade vous pouvez également ajouter une boîte d'eau de coco pour cuire le porc plus longtemps (encore 15 minutes) afin qu'il soit très très tendre, mais nous ne l'avons pas fait.

Le porc en fin de cuisson doit avoir pris une belle couleur caramélisée, rouge foncé, et le jus doit être un peu collant. Goûtez et ajoutez un peu plus de nuoc mam ou de sucre, pour que la préparation soit assaisonnée à votre goût.

Arrêtez la cuisson, saupoudrez de sésame et de cacahuètes, ajoutez un peu de piment frais si vous aimez. Servez avec le riz.

G-

Ingrédients

5 **Piments guajillo** épépinés et sans les membranes blanches

5 c. à soupe Vinaigre de cidre 3 Gousse d'ail pelée

1 pincée Cumin en poudre 2 **Clou de girofle** 2 c. à soupe Jus d'ananas

500 g **Jambonneau** coupé en fines lamelles 2 à 3 c. à soupe

Huile (maïs ou végétale)

1 **Oignon** émincé Sel

12 **Tortilla de maïs**

1/2 **Ananas épluché**, évidé et coupé en lamelles

1 **Oignon émincé** Coriandre ciselée Sauce salsa au choix (guacamole, salsa de tomate...)



Réalisation

1 Dans une casserole, mettre les piments, ajouter le vinaigre et laisser mijoter 15 minutes ou jusqu'à ce que les piments soient tendres.

2 Ajouter l'ail, le cumin et les clous de girofle.

3 Réduire en purée dans le bol d'un mixeur.

4 Ajouter plus de vinaigre si nécessaire et le jus d'ananas. Passer dans un tamis.

5 Dans une casserole, transférer la purée et cuire à feu doux 10 minutes en remuant constamment pour éviter qu'elle accroche au fond. Retirer la casserole du feu et laisser refroidir.

6 Étaler une fine couche de purée de piments sur les tranches de viande, les empiler sur une assiette, couvrir de film alimentaire et laisser mariner 5 heures, ou une nuit, au réfrigérateur.

7 Dans une poêle, chauffer l'huile, y faire revenir les lamelles de viande 2 minutes, les retourner et poursuivre la cuisson 2 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient mi-cuites.

8 Les ôter de la poêle, les couper en petits morceaux et les remettre dans la poêle.

9 Ajouter l'oignon et cuire encore 3 minutes.

10 Dresser la viande sur un plat.

11 Réchauffer les tortillas une par une 20 à 30 secondes par face dans la poêle, puis les faire égoutter sur du papier absorbant.

12 Répartir la viande sur les tortillas, recouvrir de lamelles d'ananas, d'oignon, de coriandre et arroser de salsa. Servir immédiatement.