**SENEGAL**

**MOTIVATIONS DU CHOIX**

J’ai fait ce choix parce que les fataya sont un des plats typiques du Sénégal. On les mange surtout les jours importants comme les baptêmes, les fêtes religieuses, mais on peut les manger aussi quand on veut.

 Dans ma famille on les mange chaque mois et c’est le plat préféré de ma soeur.

J’ai choisi les beignets parce qu’ils sont des gâteaux typiques sénégalais et répandus en Afrique.

Je les ai aussi choisis parce que c’est la spécialité de ma tante et je l’ai toujours aidée à les faire

**Fataya**



***Wolof***

***Ingrédients***

* Douline
* Yape
* Kani
* Soblé
* Dyimbo
* Korome
* Nén
* Mew
* Beurre
* Tomaté locati

Faire une trou ak ferigne eyouté di leuvre néne, mew, beure touti korome, melange pour amme pate lisse payiko pour 45 minute

Pour sauce-bi defal yape, soblé, tomaté locati, ujouter di lathe, vove, maggi, korome ak pabur.

Pour confétion fataya; faire boule avec la pate talale les petites boules puis mettre un peau de de ferei abutes les cotes. Faire chaufen douline puis plonger et faire doré les fataya.

***Ingrédients***

* Farine
* Huile
* Viande
* Oignons
* Cube
* Sel
* levure
* oeufs
* lait
* beurre
* Poivre
* Concentré de tomate

Pour la påte: Tamisez la farine de blé, creusez un puits au milieu. Ajoutez la levure, les oeufs, le lait, le beurre et un peu de sel. Mélangez bien et pétrissez, jusqu’à obtenir une pâte lisse. Laissez reposer 45 minutes.

Pour la farce: Emincez très finement l’oignon. Mettez un peu d’huile dans une marmite.

Ajoutez la viande, l’oignon, et le concentré de tomate. Remuez bien et ajoutez l’ail écrasé, le persil et le maggi cube (ou le bouillon de viande). Salez, poivrez et laissez mijoter jusqu’à cuisson complète, puis enlevez la marmite du feu.

Préparation des fataya: Faites des petites boules avec la pâte. Etalez ces petites boules puis mettez un peu de farce et rabattez les côtés. Faites chauffer l’huile de friture pour y plonger et faire dorer les fatayas.

Pour la sauce : Dans une poêle, faites chauffer l’huile, puis ajoutez l’ail et l’oignon pour les blondir. Ajoutez ensuite le bouillon de viande, les jus de citron et la purée de tomates. Remuez et laissez mijoter. Assaisonnez avec le reste des ingrédients selon votre convenance.

**Proverbe**

GNAK KOROME: Tu n’as pas de sel

On l’utilise pour dire qu’une presonne n’est pas drole ou est ridicule

***Inglish***

***Ingredients***

* flour
* oil
* meat
* pepper
* Onions
* cube
* salt
* Yeast
* The eggs
* Milk
* Butter
* Tomato concentrate

For the dough: Sift the wheat flour, dig a well in the middle. Add the baking soda, baking powder, eggs, milk, butter and a little salt. Mix well and knead until you get a smooth dough. Let stand 45 minutes.

For the stuffing: Very finely chop the onion. Put a little oil in a pot.

Add the meat, onion, and tomato paste. Stir well and add the crushed garlic, parsley and maggi cube (or meat broth). Salt and pepper and simmer until cooked through, then remove the pot from the heat

Design of the fataya: Make small balls with the dough. Roll out these small balls then put a little stuffing and fold down the sides. Heat the frying oil to dip in and brown the fatayas.

For the sauce: In a pan, heat the oil, then add the garlic and onion to brown them. Then add the meat broth, lemon juice and tomato puree. Stir and simmer. Season with the rest of the ingredients as desired.

***Italiano***

***Ingredienti***

* farina
* olio
* carne
* cipolle
* cubo
* sale
* lievito
* uova
* latte
* burro
* pepe
* Concentrato di pomodoro

Per l’impasto: setacciare la farina di grano tenero e scavare una fontana al centro. Aggiungere il bicarbonato di sodio, il lievito, le uova, il latte, il burro e un po ‘di sale. Mescolare bene e impastare fino ad ottenere un impasto liscio. Lasciar riposare 45 minuti.

Per il ripieno: tritare molto finemente la cipolla. Metti un filo d’olio in una pentola.

Aggiungere la carne, la cipolla e il concentrato di pomodoro, mescolare bene e aggiungere l’aglio schiacciato, il prezzemolo e il cubetto di maggi (o brodo di carne). Salare, pepare e cuocere a fuoco lento fino a cottura completa, quindi rimuovere la pentola dal fuoco

Progettazione della fataya: fare delle palline con l’impasto. Stendete queste palline quindi mettete un po’ di ripieno e piegate i lati. Scaldare l’olio per friggere per immergere e rosolare le fataya.

Per la salsa: In una padella scaldate l’olio, poi aggiungete l’aglio e la cipolla per farli rosolare. Quindi aggiungere il brodo di carne, il succo di limone e la passata di pomodoro. Mescola e fai sobbollire. Condite con il resto degli ingredienti a piacere.

**Bignets Sénégalais**



**Swanhilii**

* 1 nen
* 250g ferigne
* 60g de noix de coco
* 60g suukar
* 150 ml de meew
* 25 g de ber
* 1 kuddu de cafè de cannelle
* 1 kuddu de cafè de gingèr
* Une pincée de muscade
* ½ cuillère à café de levure chimique
* Le zeste de ½ citron bio

Suuza zabibu na uwaache waloweke kwa karibu nusu saa.

Katika sahani, changanya unga na unga wa kuoka, nazi, sukari na viungo. Ongeza yai, maziwa na siagi iliyoyeyuka na anza kuchanganya kila kitu pamoja. Koroga zabibu zilizomwagika na zest iliyokatwa ya limao.

Changanya vizuri kupata laini laini bila uvimbe, inabaki mnene sana na imejaa mwili mzima. Wacha uketi kwa karibu saa.

Na vijiko viwili, tengeneza mipira ya unga na uitumbukize moja kwa moja kwenye mafuta mengi ya moto, lakini sio yanayochemka (mimi karanga), vinginevyo pancake mara moja husafisha nje na kubaki mbichi ndani. Kaanga mipira machache ya nyama kwa wakati juu ya moto wastani, ukigeuka mara nyingi. Wakati zina dhahabu, toa na skimmer na uziache zikauke kwenye taulo za karatasi. Kutumikia moto uliyonyunyizwa na sukari ya sukari au nazi.

**Français**

* 1 œuf
* 250g de farine
* 60g de noix de coco rapée
* 60g de sucre
* 150 ml de lait
* 25g de beurre fondu
* 3 cuillères à soupe de raisins secs
* 1 cuillère à café de cannelle
* 1 cuillère à café de gingembre
* Une pincée de muscade
* ½ cuillère à café de levure chimique
* Le zeste de ½ citron bio

Rincez les raisins secs et laissez-les tremper pendant environ une demi-heure.

Dans un plat, mélanger la farine avec la levure chimique, la noix de coco, le sucre et les épices. Ajouter l’oeuf, le lait et le beurre fondu et commencer à mélanger le tout. Incorporer les raisins secs égouttés et le zeste de citron râpé.

Bien mélanger pour obtenir une pâte lisse et sans grumeaux, elle reste très dense et corsée. Laisser reposer environ une heure.

Avec deux cuillères à café, former des boules de pâte et les plonger directement dans beaucoup d’huile chaude mais non bouillante (de cacahuète), sinon les beignets noircissent immédiatement à l’extérieur et restent crues à l’intérieur. Faire frire quelques beignets à la fois, à feu modéré, en les retournant souvent. Lorsqu’ils sont dorés, les sortir à l’aide d’un écumoire et les laisser sécher sur du papier absorbant. Servir chaud, saupoudré de sucre glace ou de noix de coco.

**Italiano**

* 1 uovo
* 250g di farina
* 60g cocco rapè
* 60g zucchero
* 150ml latte
* 25g burro sciolto
* 3 cucchiai di uvetta sultanina
* 1 cucchiaino cannella
* 1 cucchiaino di zenzero
* un pizzico di noce moscata
* ½ cucchiaino di lievito per dolci
* la scorza di ½ limone biologico

Sciacquate l’uvetta e lasciatela in ammollo per mezz’ora circa.

In una ciotola mescolate la farina col lievito, il cocco, lo zucchero e le spezie. Unite l’uovo, il latte e il burro fuso e iniziate ad amalgamare tutto. Incorporate anche l’uvetta sgocciolata e la scorza del limone grattugiata.

Amalgamate bene ottenendo una pastella liscia e senza grumi, rimane molto densa e corposa. Fatela riposare circa un’ora.

Con due cucchiaini formate delle palline di pastella e tuffatele direttamente in abbondate olio di semi (io di arachide) caldo ma non bollente, altrimenti le frittelle si scuriscono subito fuori e rimangono crude all’interno. Friggete poche palline alla volta, a fuoco moderato, rigirandole spesso. Quando sono ben dorate prelevatele con la schiumarola e fatele asciugare su carta assorbente. Servitele calde spolverate di zucchero a velo o cocco.

**English**

* 1  egg
* 250g of flour
* 60g rapé coconut
* 60g sugar
* 150ml milk
* 25g melted butter
* 3 tablespoons of sultanas
* 1 tsp cinnamon
* 1 teaspoon of ginger
* A pinch of nutmeg
* ½ teaspoon of baking powder
* The zest of ½ organic lemon

Rinse the raisins and leave them to soak for about half an hour.

In a bowl, mix the flour with the baking powder, coconut, sugar and spices. Add the egg, milk and melted butter and start mixing everything. Incorporate the drained raisins and the grated lemon zest.

Mix well to obtain a smooth and lump-free batter, it remains very dense and full-bodied. Let it rest for about an hour.

With two teaspoons, form balls of batter and dip them directly in plenty of hot but not boiling seed oil (I peanut), otherwise the pancakes immediately darken outside and remain raw inside. Fry a few balls at a time, over moderate heat, turning them often. When they are golden brown, take them out with a slotted spoon and let them dry on absorbent paper. Serve hot sprinkled with powdered sugar or coconut.

**Proverbe**

Sougnùla yoùne Ghejé dou andì ndoch  =

Si on vous commande à la mer vous ne portez pas d’eau

C’est utilié pour dire qu’une personne ne voit pas ce qu’elle a sous les yeax.