

Sapori d'Africa di Maria Fanizza pubblichiamo qui una ricetta della cucina africana da amici africani

BOBOTIE

Ingredienti per 6 persone:

350 ml di latte
1 fetta di pane
2 cipolle media affettate
1 cucchiaio di olio d'oliva
2 cucchiaini di curry
1 kg di polpa di manzo
sale e pepe
2 cucchiari di gelatina di frutta
1 cucchiaini di zucchero di canna
100 g di mirtilli
2 uova, da battere
6 foglie di alloro

Bagnare la fetta di pane in 150 ml di latte. In una padella antiaderente far dorare le cipolle nell'olio.

Aggiungere il curry e la carne e farle perdere il rosso del crudo. Unire il pane e condire con il sale, il pepe la gelatina di frutta e i mirtilli. Versare in una teglia da forno, unta. Versare anche il restante latte, mescolato alle uova battute. Cuocere nel forno preriscaldato a 180 gradi per circa 30 minuti. Servire con riso.