

Matoutou (ou Matété)



Temps de Préparation :
Moins d'une Heure

Ingédients :

- 8 crabes
- 6 cuillères à soupe d'huile
- 10 cives
- 2 oignons
- 2 ou 3 tomates
- 6 citrons verts
- 3 brins de persil
- 1 cuillère à soupe de sel
- poivre
- graines et feuilles de bois d'inde
- 5 clous de girofle
- 2 cuillères à soupe de poudre de colombo
- 1 piment

Préparation :

- Nettoyer et citronner les crabs.
- Mettre dans un grand faitout après avoir un peu écrasé les crabes avec l'huile, les cives, les oignons émincés, les tomates en quartiers, le jus de citron, le persil, le sel, le poivre, le bois d'inde, les clous de girofle, la poudre à colombo diluée dans un peu d'eau.
- Faire cuire 15 mn à feu vif.
- Bien Remuer
- Saler, poivrer selon votre goût, ajouter le piment.
- Laisser mijoter 30 à 40 min.
- Se sert traditionnellement avec du riz.