



Etape 5

Au bout de 25 à 30 minutes, votre riz est prêt.



Etape 6

Servez-le.

Bon appétit.



Tu croyais que quoi ! c'est le riz camerounais !

N.B : Pour cuire le riz camerounais, on le lave bien, on le verse dans de l'eau bouillante sans qu'il y ait trop d'eau. On ajoute l'eau petit à petit jusqu'à la cuisson.

Ce qu'il faut retenir dans la cuisson du riz camerounais, c'est qu'il ne faut jamais qu'il y ait beaucoup d'eau dans la marmite. C'est donc facile.

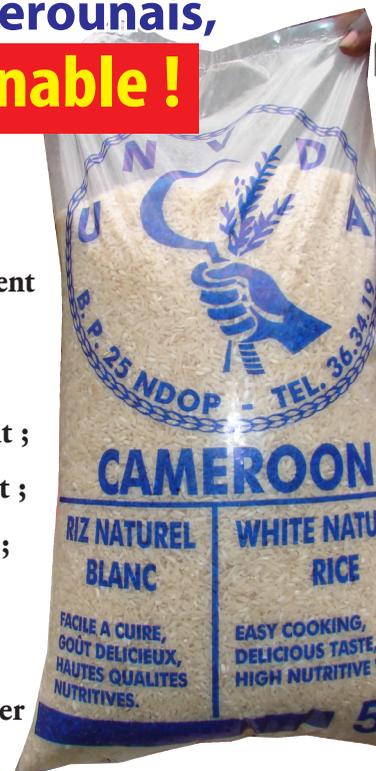
FICHE TECHNIQUE

Comment cuire le riz camerounais

Le riz camerounais,

Inimaginable !

- Il est facile et rapide à cuire ;
- Il est naturellement parfumé ;
- Il est délicieux ;
- Il est nourrissant ;
- Il est appétissant ;
- Il est savoureux ;
- Il est sain ;
- Il est fortifiant ;
- Il n'a rien à envier au riz importé.



Voici Pourquoi. Voici comment.

Cette fiche vous est offerte par la COALITION, qui travaille en collaboration avec le MINCOMMERCE, la SEMRY et l'UNVDA pour la promotion du riz camerounais.

Contact : Secrétariat technique de la coalition, +237 22 20 73 37

Pourquoi le riz camerounais est facile et rapide à cuire ?

Rapide à cuire parce qu'il n'a pas été séché pendant longtemps et qu'il contient plus d'eau, contrairement au riz importé qui est un riz qu'on a récolté il y a longtemps.

Pourquoi est-il nourrissant ?

Il est nourrissant pour la simple raison qu'il est frais. Mieux encore, il garde toute sa valeur nutritive en glucides, lipides et protéides.

Pourquoi est-il délicieux et savoureux ?

Délicieux et savoureux sont les particularités des variétés cultivées au Cameroun : TOX, IR46 et M53 qui sont reconnues pour leurs qualités attractives et provoquantes.

Pourquoi il est sain ?

Il est sain non seulement parce qu'il est frais, mais aussi et surtout parce qu'il n'a fait l'objet d'aucun traitement avec quoique ce soit. On sait où on le cultive et qui le cultive, contrairement au riz importé, qui de plus est traité au Phostorxine, contre les charançons.

Pourquoi il est fortifiant ?

Il a une valeur énergétique très élevée, qui dépasse les 345 Kilocalories pour 100 grammes.

Pourquoi il n'a rien à envier au riz importé ?

Sur tous les plans, il tient la comparaison avec le riz importé.



Comment cuire le riz camerounais ?



Etape 1

Verser la quantité voulue de riz dans une bassine et enlever toutes les impuretés.



Etape 2

Laver ce riz en changeant l'eau de lavage deux à trois fois, pour éliminer toute saleté.



Etape 3

Verser ce riz dans la marmite d'eau bouillante. Le niveau de l'eau ne doit pas dépasser le riz.



Etape 4

Ajouter progressivement de l'eau et en petite quantité au fur et à mesure que le riz cuit. N.B. : Chaque fois avant d'ajouter de l'eau, assurez-vous que l'eau a séché au fond de la marmite.

