LA CUISINE HAÏTIENNE

Camille Chevalier, client loyal de la popote roulante du Santropol Roulant, est né en Haïti dans la ville de Les Cayes. Il habite Montréal depuis 40 ans mais apprécie toujours la cuisine de son île d'origine.

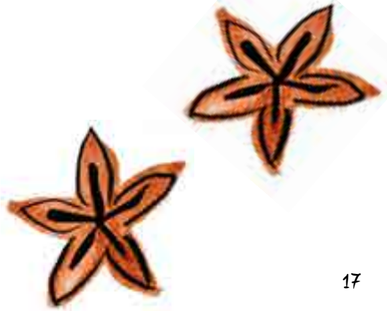
« Ces trois recettes sont typiques de la cuisine haïtienne. Elles sont colorées, épicées et chaleureuses. Chaque famille en fait sa propre version. Moi, elles me rappellent ma grand-mère! »

HAITIAN COOKING

Born in Les Cayes, Haiti, Camille Chevalier is a loyal Roulant client. He's lived in Montreal for 40 years yet still has a strong love for the island food he was brought up on.

"These are three typical Haitian recipes. They've got lots of colour, spice and heat. Each family has its own version. They remind me of my grandmother!"

Camille Chevalier



Griot

2 lb d'épaule de porc parée, coupée en cubes d'environ 4 cm
2 citrons
1 poivron vert
1 bouquet garni
1 oignon, coupé en tranches épaisses
2 gousses d'ail, hachées
1 piment fort
3 clous de girofle, piqués dans le piment fort
1 c. à thé de poudre de bouillon de poulet
Sel et poivre

1. Préchauffer le four à 400 °F. Presser et frotter un citron sur les morceaux de viande puis les rincer à l'eau froide.

2. Mettre la viande dans un grand chaudron. Y ajouter le jus du second citron et le reste des ingrédients. Laisser reposer au réfrigérateur environ 1 heure.

3. Couvrir la viande et le reste des ingrédients d'eau et faire cuire 20 à 30 minutes à feu moyen.

4. Retirer les morceaux de viande du chaudron. Les poser sur une plaque et cuire environ 25 minutes. Réserver le liquide qui servira de sauce.

5. Servir la viande avec la sauce. Accompagner de bananes pesées et de riz collé.

2 lb pork shoulder, trimmed and cut into 1½ in cubes
2 lemons
1 green pepper, chopped
1 bundle of bouquet garni (parsley, thyme, bay leaf, rosemary)
1 onion, thickly sliced
2 garlic cloves, minced
1 small Scotch bonnet or habanero pepper
3 whole cloves, poked into the hot pepper
1 tsp chicken broth powder
Salt and pepper, to taste

1. Preheat the oven to 400°F. Squeeze the juice of one lemon over the meat, and use the lemon to rub it in. Rinse the meat quickly with cold water.

2. In a large pot, add the meat, the juice of the second lemon and the rest of the ingredients. Place in the refrigerator for approximately one hour.

3. Cover the ingredients with water and cook over medium heat for 20 to 30 minutes.

4. Strain the meat, reserving the cooking liquid to use as sauce. Place the meat on a cookie sheet and bake for 25 minutes.

5. Serve with fried plantains, sticky rice and reserved sauce.

Riz collé

1 c. à thé de clou de girofle, broyé
½ c. à thé de piment fort, broyé
2 échalotes grises ou 1 petit oignon, hachés
3 gousses d'ail, écrasées
Huile, pour la cuisson
1 ½ tasse de riz
1 ½ tasse d'eau
1 boite de haricots rouges ou noirs en conserve, non égouttés
½ c. à thé de thym
Sel et poivre

1. Faire revenir le clou de girofle, le piment, les échalotes et l'ail dans l'huile pendant environ 2 minutes.

2. Ajouter le riz et mélanger pour l'enrober d'huile.

3. Ajouter le reste des ingrédients et couvrir. Cuire à feu doux environ 30 minutes.

Oil for frying
1 tsp ground cloves
½ tsp ground cayenne pepper
2 grey shallots or 1 small onion, chopped
3 garlic cloves, crushed
1½ cups rice
1½ cups water
1 can of red or black beans, with liquid
½ tsp dried thyme
Salt and pepper, to taste

1. Heat the oil to medium high. Fry the cloves, cayenne, shallots and garlic for about 2 minutes.

2. Stir in the rice until it is coated with oil.

3. Add the remaining ingredients. Cover and cook on low for about 30 minutes until the rice is cooked through.

Bananes pesées

2 bananes plantain vertes, épluchées et tranchées
1 bol d'eau froide, salée
Huile pour la friture
Sel et poivre

1. Déposer les bananes plantain dans l'eau salée.

2. Égoutter les tranches de banane et les cuire dans l'huile à feu moyen pour les faire brunir légèrement.

3. Retirer les bananes de l'huile puis les aplatir entre les dos de deux assiettes ou deux planches à découper. Déposer de nouveau dans l'eau salée.

4. Éponger les bananes et les frire dans une poêle contenant environ 1 cm d'huile, comme des frites. Lorsqu'elles sont bien dorées, égoutter, poivrer légèrement et saler les tranches de bananes avant de les servir.

2 green plantains, peeled and sliced into rounds
1 bowl of cold salted water
Oil for frying
Salt and pepper, to taste

1. Place plantains into the salt water. Drain and pat dry.

2. Heat the oil to medium high. Fry plantains until they are lightly golden. Remove from heat.

3. Flatten the plantain slices between two plates or cutting boards. Place the slices into the salt water again then remove and pat dry.

4. Fry the plantains again, in about 1/2 in oil. When nicely golden, drain oil. Salt and pepper lightly then serve.