Le Colombo (Porc ou Poulet)



**Pour le colombo, l'important est de faire** **mariner la viande la veille pour le lendemain** (ou le matin pour le repas du soir).

**Poulet ou porc,** il faut que la viande soit en morceaux.

Pour le poulet, le prendre entier découpé plutôt que des escalopes. Les os et la peau donnent le goût. Pour le porc choisir de préférence la rouelle que l’on découpe en gros cubes.

Porc ou Poulet, tout est question de goût (et de budget).

La recette se fait donc en 2 étapes :

La marinade (pour **1kg de viande)** :

* **1 citron (le vert si bien juteux est mieux) sinon 1 jaune fait aussi l'affaire,**
* **1 oignon,**
* **2 gousses d'ail,**
* **2 cuil. à soupe d'huile neutre,**
* **sel, poivre.**

Mettre les morceaux de viande dans un saladier assez profond à mariner avec tous ces ingrédients et ajouter un peu d'eau (pas plus d'une tasse) pour permettre que tous les morceaux soient recouverts.

Plutôt que de mettre trop d'eau, il vaut mieux remuer pour que tous les morceaux soient bien imprégnés de marinade.

Surtout ne pas jeter la marinade car on l’utilise pour la cuisson du colombo.

Le colombo :

* **3 c à s d'huile**
* **1 aubergine**
* **2 pommes de terre**
* **l'oignon et l'ail de la marinade**
* **100g de poudre à colombo**
* **1 feuille de laurier**
* **1 brin de thym**
* **1 piment entier** (ou quelques gouttes de piment confit)**.** *Si on utilise un piment entier, il faut le mettre en début de cuisson de la viande quand tout est déjà mélangé et juste le mettre au milieu de la sauce sans le couper ou le crever. Il parfume le plat sans trop le pimenter. Attention car s'il crève le plat peut-être gâché s'il est fort.*
* **1/2 citron**
* **sel, poivre**

Faire revenir dans une poêle à sec, 1 cuill à soupe de **graines à roussir**. Il faut les faire chauffer sans les brûler pour qu’elles développent leurs aromes.

Ajouter l'huile, l'oignon et l'ail de la marinade bien égouttés, la branche de thym et la feuille de laurier.

Ajouter les morceaux de viande, le sel et le poivre.

Dans un petit bol, mélanger la **poudre à colombo** avec un peu d'eau, pour délayer la poudre correctement sans grumeaux, et ajouter le mélange à la viande. Bien remuer. Ajouter la marinade, et si ce n'est pas suffisant, rajouter de l'eau pour couvrir la viande.

**Laisser cuire** **20 min feu moyen** (cela doit bouillonner mais pas trop fort).

Puis **ajouter les légumes** coupés en morceaux moyen (gros dés) et **cuire encore 25 minutes**.

Vérifier la cuisson des légumes : l'aubergine doit commencer à fondre pour donner du liant à la sauce. En dernier lieu, arroser avec le jus d'1/2 citron (il vaut mieux goûter et rajouter s’il en manque que d'en mettre trop).

Servir avec du riz nature.