

Proef de Afrikaanse keuken met vzw **Masomo**



Sinds lange jaren neemt de armoede in Congo toe. Door de huidige burgeroorlog verlaten hoe langer hoe meer internationale partners het land. Geld is er niet meer, onderwijs is er nog slechts voor enkelen. Mensen die het zich nog kunnen veroorloven sturen vooral de jongens naar school. Die hebben het later meer nodig dan meisjes. Meisjes vallen compleet uit de boot.

Na een reis in de zomer van 2002 naar Kolwezi in het zuidoosten van Congo groeide het idee om toch te proberen iets te doen voor die meisjes. Samen met enkele vrienden werd besloten een vzw te stichten om een meisjesschool in Kolwezi op te richten en de werkingskosten ervan te betalen.

Geld wordt onder andere verzameld door het geven van *lessen Afrikaans koken* en het *verzorgen van recepties en/of maaltijden voor feesten*. De Afrikaanse keuken is onze specialiteit, maar ook recepten uit de rest van de wereld (ook Europa) staan op het menu. Een groep vrijwilligers staat klaar voor de praktische uitvoering.

De *lessen Afrikaans koken* worden gegeven aan groepjes van minstens een 5-tal mensen. Het maximum hangt af van de keuken die ter beschikking wordt gesteld. Er wordt in overleg een menu samengesteld uit de verschillende groepen gerechten. We vragen een lesebijdrage van 12 Euro per persoon als steun voor onze vzw. De prijs van de ingrediënten is hierbij niet inbegrepen en hangt af van het gekozen menu. We vragen tevens een verplaatsingsvergoeding van 0,6 Euro per kilometer (vanuit Assebroek).

Er kan al een driegangenmenu gemaakt worden voor zo'n 13 Euro per persoon aan ingrediënten. Hou er echter rekening mee dat sommige ingrediënten in bepaalde seizoenen moeilijk beschikbaar kunnen zijn. Bij kleine groepjes is het mogelijk om te koken voor 4 personen per cursist. De maaltijd kan dan worden meegenomen. Voorzie wel materiaal om de gerechten mee te nemen. Bij grote groepen wordt het eten klaargemaakt voor een gezamenlijke maaltijd.

Een *maaltijd* kan georganiseerd worden op privé-feestjes, personeelsfeesten, verjaardagen, thema-avonden, enzovoort. Wij kunnen indien gewenst zorgen voor een extra Afrikaans tintje voor deze avond (tafel- en wandversiering, Afrikaanse muziek – eventueel live via partnerverenigingen, uitleg, dia's,...). De prijs hangt af van het gekozen menu en de eventueel gevraagde extra's. Prijs vanaf 17 Euro per persoon. Overleg best met ons vooraleer een definitieve keuze te maken.

Er wordt verwacht dat de afspraken door beide partijen minstens 14 dagen op voorhand gemaakt en schriftelijk bevestigd worden (per brief of e-mail) om misverstanden te vermijden.

In bijlage de menulijst 'Gerechten voor Congo'

Contactpersoon: Betty Sapalo (050 37 10 54)

Gerechten voor Congo

Opgelet: sommige gerechten zijn seizoensgebonden



Aperitief:

- | | |
|--|-------------------------|
| ✓ Tropisch aperitief (op basis van witte wijn en tropische vruchten) | € 11,50 per fles |
| ✓ Aperitief van rode vruchten (met of zonder alcohol) | € 11,50/ 10,00 per fles |
| ✓ Aperitief van citrusvruchten (met of zonder alcohol) | € 11,50/ 10,00 per fles |
| ✓ Majani: aperitief van sinaasappelen | € 11,50 per fles |
- Alle aperitieven worden geserveerd met knabbelhapjes*

Aperitiefhapjes :

Afrikaans:

- | | |
|---|-----------------|
| ✓ Visballetjes | € 1,30 per stuk |
| ✓ Minividees met visvulling | € 1,30 per stuk |
| ✓ Minitaartjes gevuld met moambesaus (palmpittensaus) | € 1,20 per stuk |
| ✓ Gekruide kippenvleugeltjes | € 1,20 per stuk |
| ✓ Samusa (rijst, groeten en vlees in krokant envelopje) | € 1,20 per stuk |
| ✓ Vleesballetjes | € 1,20 per stuk |

Vegetarisch:

- | | |
|--|---------------------------|
| ✓ Soesje met hartige kaasvulling | € 1,20 per stuk |
| ✓ Spinazie-omeletrolletjes | € 1,20 per stuk |
| ✓ Courgetterolletje met kaasvulling | € 1,20 per stuk |
| ✓ Gevuld eitje | € 1,20 per stuk |
| ✓ Versierde kaasprikker met Belgische kaas | € 1,20 per stuk |
| ✓ Groentepalet van rauwe verse seizoengroente met saus (selder, wortel, bloemkool, radijs, ...) | vanaf 15 pers., € 1,15 pp |

Andere:

- | | |
|--|-----------------|
| ✓ Lepelhapje met appel en gerookte zalm | € 1,30 per stuk |
| ✓ Komkommerhapje met vis | € 1,20 per stuk |
| ✓ Witlofschuitje met garnalen | € 1,20 per stuk |
| ✓ Kerstomaatje met visvulling | € 1,20 per stuk |
| ✓ Forelmousse op lepel of in minipasteitje | € 1,20 per stuk |
| ✓ Kip/hampaté met portogelei op lepel | € 1,20 per stuk |
| ✓ Soesje met hartige visvulling | € 1,20 per stuk |
| ✓ Gehaktballetje met fruit (op vraag met gehakt naar keuze: kip, varken, rund) | € 1,20 per stuk |
| ✓ Hamrolletje met kruidenkaas | € 1,20 per stuk |
| ✓ Zalmrolletje met zachte kaas | € 1,20 per stuk |

Soep :

Afrikaans:

- | | |
|----------------------------------|--------------------------|
| ✓ Pompoensoep | € 3,10 pp, vanaf 4 pers. |
| ✓ Preisoep met gerookte kip | € 3,95 pp, vanaf 4 pers. |
| ✓ Courgettesoep | € 3,10 pp, vanaf 4 pers. |
| ✓ Maissoep met gerookte worstjes | € 3,95 pp, vanaf 4 pers. |
| ✓ Soep van zoete aardappelen | € 3,95 pp, vanaf 4 pers. |

Andere:

- | | |
|-------------------------------|--------------------------|
| ✓ Paprikasoep | € 3,10 pp, vanaf 4 pers. |
| ✓ Tomatensoep met kruidenkaas | € 3,10 pp, vanaf 4 pers. |
| ✓ Soep met scampi's | € 3,95 pp, vanaf 4 pers. |

Voorgerechten :**Afrikaans:**

- ✓ Salade met gerookte kip en pijnboompitten € 4,25 pp
- ✓ Quiche met tilapia (zoetwatervis) en matembele (blad van de zoete aardappel) € 4,25 pp
- ✓ Quiche met victoriabaars en broccoli € 4,25 pp
- ✓ Scampi's in koude mangosaus € 4,25 pp
- ✓ Vispastei met salade € 4,25 pp

Afrikaans en vegetarisch:

- ✓ Videe met paddenstoelenragout € 4,25 pp
- (Wij serveren één soort voorgerecht per 5 à 6 personen)

**Hoofdgerechten :****Afrikaans:**

- ✓ Kip à la moambe (nationaal gerecht van Congo) € 19,00 pp
- ✓ Boboti (gehaktshotel met gehakt naar keuze: kip, kalkoen, varken, rund) € 17,00 pp
- ✓ Gedroogde stokvis op z'n Afrikaans € 19,00 pp
- ✓ Gerookte kip met pindasaus € 22,00 pp
- ✓ Geitenragout in tomatensaus € 24,50 pp
- ✓ Cassoulet van rode bonen met geit en merguez € 24,50 pp
- ✓ Tilapia of katvis met tomatensaus en pompoenpitballetjes € 23,90 pp
- ✓ Vis op exotische wijze met groenten € 23,50 pp

Geserveerd met ofwel: geparfumeerde rijst, couscous (warm of koud), kookbananen, zoete aardappelen (puree), bukari (soort polenta) en Afrikaanse of andere groenten (zoals saka-saka (maniokbladeren), lenga-lenga (amarant), matembele, bonen, verse maïskolven ...)

Vegetarisch:

- ✓ Zoete aardappel omelet € 18,00 pp
- ✓ Zoete aardappel met pindasalade € 18,00 pp
- ✓ Zoete aardappelpuree met salade € 18,00 pp
- ✓ Deegwaren met paddenstoelen € 18,00 pp

Geserveerd met aangepaste groenten en/of salade

Andere:

- ✓ Opgevulde kalkoenfilet € 22,50 pp
 - ✓ Varkenshaasje op Betty's wijze € 22,50 pp
 - ✓ Victoriabaars met kreeftensaus € 23,90 pp
- Geserveerd met geparfumeerde rijst of couscous (warm of koud) en aangepaste groenten en/of salade
- ✓ Scampi's in tagliatelli € 23,90 pp

Geserveerd met salade

Nagerechten :**Afrikaans:**

- ✓ Congolese beignets met mango € 2,80 pp
- ✓ Pindacake € 13,00 (6 à 8 pers.)
- ✓ Tropische vruchtencake € 18,00 (6 à 8 pers.)
- ✓ Griesmeelpap met mango en passievrucht € 2,50 pp
- ✓ Bladerdeegkoekjes met mangovulling € 2,50 pp
- ✓ Mangotaart € 19,00 (6 à 8 pers.)
- ✓ Ananastaart € 19,00 (6 à 8 pers.)
- ✓ Kokostaart met ananas € 19,00 (6 à 8 pers.)
- ✓ Kokosmousse € 2,50 pp
- ✓ Verse exotisch fruitsalade tussen € 3,30 en € 3,90 pp, min. 6 pers.

Andere:

- ✓ Verse fruitsalade van seizoenfruit tussen € 2,90 en € 3,50 pp, min. 6 pers.
- ✓ Tiramisu € 2,50 pp
- ✓ Amandel-mascarpone crème € 2,50 pp

Een dessertbuffet is ook mogelijk. Supplement koffie/thee € 0,70 pp.

Wij serveren één soort nagerecht per 5 à 6 personen.