

ARTICLE

Nous sommes des élèves de l'école Dapoya II de la circonscription d'éducation de base de Ouaga II. Nous postulons avec un article sur la préparation du Gaonré/Gnon ou Gnonkon

Nous vivons dans un pays désertique mais riche. Dans notre pays il y'a environ soixante ethnies regroupées en trois grandes familles. Nous avons donc environ soixante cultures. Nous avons dégusté plusieurs nourritures traditionnelles. L'une d'elles nous a plu. C'est le gaonré. Une déplacée interne de notre classe décide de nous guider à la préparation.

Ce qu'il faut pour préparer le Gaonré/Gnon ou Gnonkon

Pour commencer il faut les **ingrédients** suivants : les feuilles du haricot, de l'arachide, de la potasse que l'on peut remplacer par du bicarbonate, de la farine de maïs.

- Les **outils** nécessaires sont : le mortier, le pilon, une couscoussière, le tamis, une louche. Le bois peut être utilisé mais pour éviter la coupe abusive du bois nous utiliserons le gaz qui est aussi plus rapide.
- Pour commencer, il faut d'abord détacher les bonnes feuilles hors du pétiole ; piler les grains d'arachide, les tamiser jusqu'à ce qu'ils soient réduits en poudre. On malaxe ensuite les feuilles lavées à l'eau potable jusqu'à ce qu'elles deviennent plus molles grâce à la potasse que l'on met peu à peu.

-



- On ajoute alors la farine de maïs, la poudre de l'arachide puis on continue de les malaxer. On pose la première partie de la couscoussière sur le gaz déjà allumé l'on met de l'eau qui bouillira.



- Cependant il faut faire des boules avec le mélange. On prend une autre partie de la couscoussière et l'on met les boules de sorte qu'elles ne se collent pas. On fait cela ainsi de

suite. Il faut tout le temps mettre un couvercle pour que la vapeur d'eau ne s'évapore pas car c'est elle qui permet la cuisson. La cuisson dure en maximale quarante-cinq minutes.



-
-
-

- On éteint le gaz puis à l'aide de la louche on les déplace de la couscoussière vers le plat thermos pour qu'elles ne se refroidissent pas rapidement, voilà notre gaonré prêt devant nous.



- On peut accompagner le gaonré de la sauce tomate, du sel et de l'huile.

Nous tenons à souligner que le matériel et les ingrédients peuvent varier. Au village la couscoussière et les plats sont généralement faits par la potière donc en terre cuite. La farine peut être celle du petit mil ou du sorgho. Tout dépend de la céréale la plus consommée dans la région.

- La dégustation du gaonré est succulente, vitaminée et très nourrissante. Elle est facile à retenir. Notre camarade a été la source de notre connaissance à la préparation du gaonré que nous avons mangé avec les élèves et les enseignants.
- Nous disons merci à nos enseignantes et à l'association des mères éducatrices de notre école qui nous a donné le nécessaire.