

FORMATION A TRANSFORMATION DE SOJA:

FARINE ET viande DE SOJA.

A- FABRICATION D LA FARINE DE SOJA

- Trier le soja (enlever toute les saletés et laver rapidement pour enlever la poussière).
- Griller dans le marcottage à feu doux comme les arachides jusqu'à sentir le dégagement de l'odeur du soja et laisser encore 5 minutes avant d'atteindre le feu.
- Ecraser finement au moulin.
- Stocker dans les boites pour éviter l'air entre dedans.

N.B Cette farine peut être utilisée dans tous les mains.

B- LA VIANDE DE SOJA

- 1- Trie le soja
- 2- Tremper le soja à la veille ou le matin à grande l'eau c'est-à-dire six heures de temps pour que ça gonfle
- 3- Laver avec l'eau propre.
- 4- Ecraser au moulin.
- 5- Diluer dans de l'eau chaude pour que la pâte ne se gâte pas et ajoute l'eau froide.

WOMEN IN ACTION AGAINST POVERTY

TRAINING IN TRANSFORMATION OF SOYA BEANS: FLOUR AND SOYA BEANS MEAT

A - MANUFACTURE OF SOYA BEANS FLOUR

- 1 - Sort out the soya beans (remove all the dirt and wash quickly to remove the dust).
- 2 - Fry in the pot with low flame as groundnut till you start feeling the odor of soya beans and live it for 5 minutes again before losing the fire.
- 3 - Grind finely in the mill.
- 4 - Stock in a close container to avoid air.

N.B: This flour can be used in all hands.

B - THE SOYA BEAN MEAT

- 1 - Sorts out the soya beans
- 2 - Soak the soya bean at the eve or in the morning in much water i.e. six hours so that it can increase.
- 3 - Wash with clean water.
- 4 - Grind in the mill.
- 5 - Dilute in the hot water so that the dough should not get spoil and add cold water.

6- Tamiser avec un tamis fin ou avec une fouraille pour obtenir le jus.

7- Bouillir le jus obtenue à feu vif (beaucoup). Quand le jus commence à bouillir il faut ajouter le vinaigre ou le sel avec le citron mais mieux vaut mettre le vinaigre blanc.

** pour 5 boîtes y faut utiliser 1/2 litre de vinaigre **

NB: « Quant tu mets le vinaigre tu ne tourne pas » laisser bouillir jusqu'à 45 minutes pour obtenir la neige.

8- Mettez la neige dans le sac pour écouler l'eau .En fin d'obtenir la pate, pauser es papés au dessus et laisser une heure ou deux heures avant d'utiliser la pate.

9- Enlever la pate dans le sac et la couper en tranche selon ton choix et faire bouillir légèrement la-pate enfin de préparer comme tu veux; soit en viande (brochette et assaisonnent comme la viande.

CUISSON BROCHETTE.

Après avoir bouilli légèrement ce qu'on a coupé en tranche

1- -il faut verser l'eau et mettre les morceaux dans un autre récipient,

6 - Sift with a thin sifter or with a napkin to get the juice.

7-Boil the juice gotten in hot fire (many). When juice begins to boil add vinegar or salt with lemon but is better to put white vinegar.

* * For 5 cups use 1/2 liter of vinegar * *

NB: "When putting the vinegar don't stir it" left boil until 45 minutes to get snow.

8 -Put the snow in the bag so that water should come out. Before obtaining the dough, press it with a stone and allowed it for one hour or two hours before using the dough.

9 - Remove the dough in the bag and cut in slice according to your choice and boil the dough a bit before preparing as you want; neither in meat (brochette and season as meat.

BROCHETTE COOKING.

* After having boiled what we have cut in slice

1. You should pour water and put the slices in another container,

- 2- -Assaisonner avec le sel, le cube, les condiments écrasés et poser la marmite au feu jusqu'à ce que le jus tarisse.
- 3- -Fait frire dans l'huile d'arachide pour faire dorer la viande.
- 4- -Pose la viande sur les brochettes avec l'oignon, tomate et poivron.
- 5- -Tremper les brochettes dans le reste des condiments (ails, pépé, oignon, poivre, poilions, céleris, persil et l'huile).
- 6- -En fin braiser les brochettes sur le barbecue à feu doux.

2. Season with salt, magi, grind spices and put the pot in the fire until the juice dried up.
3. Fry with groundnut oil to look like brown meat.
4. Place the meat on the brochettes with onion, tomato and white pepper.
5. Soak the brochettes in the rest of the spices (garlics, pepper, onion, white pepper, poilions, cerelis, parsley and oil).
6. Finally roast the brochette on the barbecue with low flame.