

Le mitihue



Le mitihue est une sorte de sauce à base de coco. Il est mélangé à tous les mets qui compose un « ma'a tahiti » tels que « po'e », poisson, « taro », banane, porcelet rôti et surtout au « fafaru ».

Ingrédients :

- 10 cocos verts ou jaunes,
- 10 têtes de grosses chevrettes crues.

Préparation et cuisson :

- Couper les 10 cocos en deux, ôter la chair de chaque part puis peler la peau de sorte que la chair de chaque partie des 10 cocos soit entièrement blanche. Découper en émincé d'environ 1 cm sur 4 cm puis mettre les morceaux dans une marmite d'eau et porter à ébullition. Ce procédé a pour principe de ramollir plus vite la chair.
- Egoutter les morceaux, mettre dans le gallon et refroidir.
- Prendre les 10 têtes de chevrettes crues, retirer l'estomac puis bien écraser les têtes dans un grand saladier ; ajouter de l'eau de sorte qu'en la vidant dans le gallon tous les morceaux de coco soient immergés ; remuer et filtrer le mélange.
- Verser le jus de têtes de chevrettes dans le gallon puis boucher le gallon et laisser reposer un jour.
- Passer 24 heures, jeter le jus de têtes de chevrettes.
- Rajouter de l'eau et bien secouer le gallon pendant 10 minutes au moins.
- Votre « mitihue » est prêt à être servi.

Note :

Vous pouvez ajouter de l'ail haché dans votre mitihue avant de le secouer et le servir après.