

Ndambé- ragoût de niebé à la viande

(Bon d'économat Pour 8 personne)

Ingrédients	Quantités	Prix unitaire	Cout
Boucherie			
Viande de boeuf hachée	1,000 Kg		
Épicerie			
Niiébé	0,300 kg		
Maïs	0,200 kg		
Tomate concentrée	0,100 Kg		
Huile argan	0,25 l		
Vinaigre rouge	0,15 l		
Riz blanc	0,700 lg		
Sel, poivre - Piment doux	PM		
Légumes			
Tomates fraîches	8 Pièces		
Oignons	2 pièces		
Ail	Gousses		
Poivrons rouges	4 pièces		