



## FICHE TECHNIQUE DU PRODUIT

# COUSCOUS aux 5 céréales



500 gr

o

1 kg

<b>Catégorie</b>	Souveraineté alimentaire
<b>Ingrédients</b>	20 % farine de blé dur, 20 % farine de maïs, 25 % farine d'orge, 20 % farine de seigle et 15 % farine de millet ; sel
<b>Producteur</b>	<p><b>Coopérative Afous des dérivés des céréales</b></p> <p>Nous avons créé la coopérative le 25 avril 2007 à Hay Pam dans la Commune rurale de Timouilt par 9 femmes. L'activité principale de la coopérative était initialement la production et la commercialisation de dérivés des céréales et après quelques années, nous avons ajouté la production de gâteaux et de biscuits. Nous participons à des salons locaux, régionaux et nationaux grâce à nos partenaires "Fondation Mohamed V pour la Solidarité" et "Initiative Nationale pour le Développement Humain".</p>
<b>Lieu de production</b>	Village Hay Pam, Commune rurale de Timouilt, Province d'Azilal, Région de Beni Mellal-Kenifra
<b>Certifications</b>	Aucun pour le moment car le lieu n'est pas encore aux normes. Cependant, les produits sont 100% naturels.
<b>Méthode et filière de production</b>	Ce couscous est transformé selon la méthode traditionnelle, manuellement, par les femmes de la coopérative. Nous prenons les céréales chez un agriculteur du village qui les cultive naturellement, nous les lavons, les laissons sécher et les sélectionnons pour en tirer le meilleur. Nous les emmenons ensuite au moulin du village pour les moudre. Ensuite on sépare la farine des fibres et des résidus des grains avec le tamis traditionnel, pour ne laisser que la farine. Nous mélangeons les différentes farines ensemble, ajoutons progressivement de l'eau à la composition, avec une pincée de sel (au goût) et toujours avec des tamis traditionnels nous la travaillons à la main pour obtenir la semoule. On la met ensuite dans la couscoussière pour une première vaporisation, puis on prend la semoule et on la laisse sécher dans un endroit sec et abrité. Une fois la semoule sèche, nous l'emballons dans des sacs, prêts à être utilisés en cuisine
<b>Conseils d'utilisation</b>	<p>Nous vous recommandons de visionner cette vidéo sur la façon de cuisiner le couscous marocain. Ceux qui n'ont pas une couscoussière peuvent utiliser une passoire en acier à placer au-dessus d'une grande casserole. Possibilité d'acheter une couscoussière en aluminium pour 15 € (5 litres) ou en inox pour 40 € (6 litres) lors d'une prochaine commande.</p> <div style="text-align: center;">  <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=3c5NFa1mbu8">https://www.youtube.com/watch?v=3c5NFa1mbu8</a></p> </div>



BP 88 - Timouilt - Province d'Azilal - Maroc +212 (0) 617052221 / + 39 3408068289

boukhibizamohamed@gmail.com www.marocnatureculture.org

Mohamed Rafia Boukhibiza - responsable commerce équitable