



Liste des courses de Pessah

SANS KITNIOT
EN CUISINE BY RACHEL

LISTE DES COURSES POUR PESSAH (HABAD)

Les fêtes de Pessah approchent, afin de s'organiser dans les courses j'ai dressé une liste que chacun adaptera en fonction des ses goûts et de ses coutumes.

Tout ingrédient suivi d'un * fait partie de la composition du plateau du séder.

BOUCHERIE :

- Cou de poulet pour le plateau du séder
- Poulet
- Rôti de de veau, bœuf
- Viande pour les ragoûts
- Grillades de la fête (entrecôtes, merguez, parguit....)
- Viande hachée
- Abats (foie, cœur..) pour les grillades
- Veau
- Mouton ou agneau
- Dinde etc etc

POISSONNERIE :

- Mulet
 - Saumon
 - Mérou
- Et bien plus encore !!

EPICERIE :

- Bougies néchama 24, 48 ou 72 heures et bougies
- Des allumettes
- Matsa chmoura*
- Harosset* n'oubliez pas de le faire
- Raifort*
- Sucre en morceaux (pour celles qui prennent)
- Jus de raisin
- Vin
- Boissons : eau plate et gazeuse (pour celles qui prennent)
- Vinaigre
- Café, thé, chocolat poudre (pour celles qui prennent)
- Huile d'olive (pour celles qui prennent)
- Œufs
- Lait et divers fromage pour les enfants (pour celles qui prennent)
- Féculé de pomme de terre pour celles qui font des gâteaux maison

PRODUITS FRAIS :

- Pommes de terre
- Pomme de terre douce
- carotte
- Topinambour
- oignons
- Courgette
- Tomates
- Concombre
- Raifort
- Romaine*
- Citron
- colorabi
- Courge
- Betterave
- Panais

- Aubergine
- Avocat
- Butternut
- Chou blanc
- Chou rouge
- Clementine
- Kiwi
- Mandarine
- Orange
- Pamplemousse
- Poire
- Pomme
- Melon
- Pastèque
- Ananas etc

Cette liste est approximative, il ya des aliments que certaines familles prennent et d'autres non , merci de respecter les houmrot sans juger autrui

DIVERS

- Papier aluminium 50 microns pour recouvrir les plans de travail
- Papier aluminium
- Dentifrice (pour celles qui prennent)
- Brosses à dents
- Vaisselle jetable (si vous en utilisez)
- Liquide vaisselle avec Achgaha (pour celles qui prennent)
- Eponges
- Sopalin
- Preparer des sacs avec 30 gr de matsa , ça facilite pour manger le kazait
- Une balance de cuisine ça aide pour les préparations