



Portes Ouvertes
Au service des chrétiens persécutés

Impact Inde

COOK & PRAY*

UN REPAS SOLIDAIRE
EN COMMUNION AVEC LES
CHRÉTIENS INDIENS



*cuisinez et priez



INTRODUCTION

Chers amis,

Voici votre livret *Cook & Pray** qui vous permettra d'organiser et d'animer un repas solidaire pour soutenir les chrétiens indiens dans le cadre de la campagne Impact Inde. Nous vous suggérons d'organiser le repas avec votre église lors du Dimanche de l'Église Persécutée, mais vous pouvez tout aussi bien le planifier à une autre date, dans un autre lieu.

En plus des recettes proposées, vous trouverez dans les pages qui suivent des témoignages de chrétiens indiens persécutés en raison de leur foi. Profitez du repas

pour partager ces histoires et inspirez-vous des petites questions pour alimenter vos discussions autour de la table.

Le livret regroupe également des sujets de prière pour intercéder en faveur des chrétiens en Inde, ainsi qu'un coupon pour donner librement et financer l'aide d'urgence que nos partenaires effectuent sur place.

Merci de votre engagement aux côtés de l'Église persécutée.

L'équipe de Portes Ouvertes

*Cuisinez et priez

SOMMAIRE

MOT D'INTRODUCTION	2
GUIDE DE PRÉPARATION	4
LA SITUATION DES CHRÉTIENS EN INDE	5
LA CAMPAGNE IMPACT INDE	7
TÉMOIGNAGES	8
SUJETS DE PRIÈRE EN CARTES À DÉCOUPER	13
RECETTES	14
MENU À PERSONNALISER	22
PROJET TERRAIN	23
COUPON DON	24



PAGE 13

SUJETS DE PRIÈRE

Cartes à découper

PAGE 14

RECETTES

Condiment tomates-oignons	15
Curry de lentilles	16
Pommes de terre épicées	17
Poulet Korma	18
Porc Vindaloo (piquant)	19
Dessert de carottes	20
Lassi	21



GUIDE DE PRÉPARATION

Vous avez reçu ce livret Cook & Pray, et maintenant ? Laissez-vous guider pas à pas pour préparer cet événement et soutenir nos frères et sœurs en Inde.

1. **Déterminez un lieu et une date.** Le repas se déroulera-t-il après le DEP à l'église ou à la maison en petit comité ? Prévoyez au mieux en fonction des disponibilités de chacun !
2. **Choisissez les plats à servir.** Assurez-vous d'avoir les ingrédients nécessaires, et recrutez de la main d'œuvre pour pouvoir tout préparer en temps et en heure.
3. Servez-vous du modèle (page 33) pour **inscrire le menu** et l'afficher le jour J.
4. **Commencez à lire les témoignages** pour vous imprégner des histoires de ces chrétiens et les partager plus facilement pendant le repas. En effet, l'un des moments forts du Cook & Pray consiste à donner la parole aux chrétiens d'Inde afin de prier pour eux. Et justement...
5. **Imprimez et découpez les cartes de prières** pour les distribuer pendant le repas. Les convives repartiront avec leur carte de prière et continueront à prier de chez eux.
6. Notez que chaque témoignage se termine par quelques questions. Prenez un peu d'avance en lisant ces questions et commencez à y réfléchir. Lors du repas, ce sera à vous de **lancer la conversation en vous servant de ces différents sujets.**

LE JOUR-J

- **Rythmez le repas en rappelant la situation en Inde lors de l'entrée, en lisant un témoignage après le plat principal et en priant après le dessert.**
- **Si vous avez plusieurs tables, distribuez un témoignage par table.**





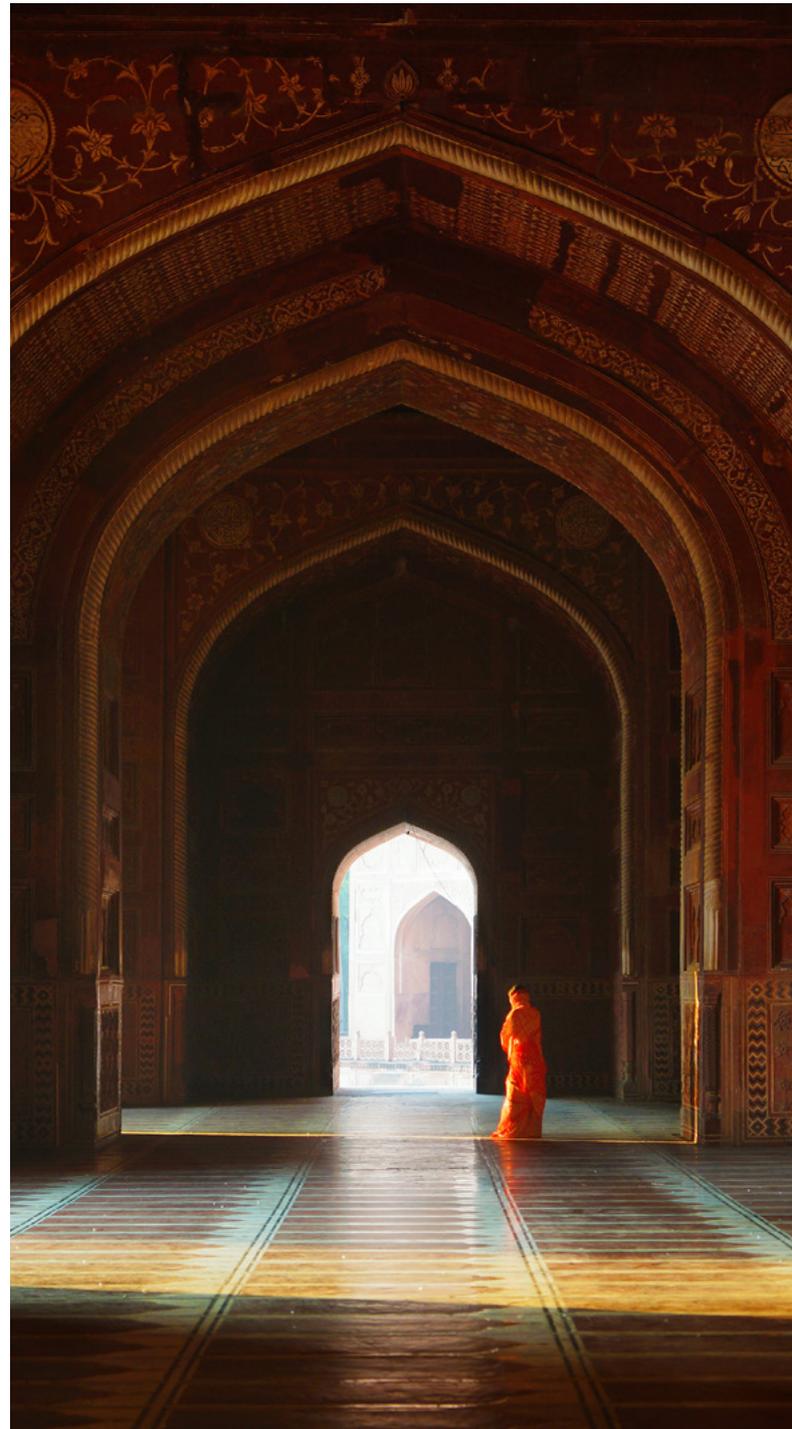
LA SITUATION DES CHRÉTIENS EN INDE

Les extrémistes hindous veulent anéantir le christianisme d'ici la fin de l'année 2021. Pour cela, ils utilisent une propagande mensongère pour attiser la haine et la violence. Mais si les chrétiens indiens sont persécutés et même « *pressés de toutes parts* », ils ne sont pas abandonnés (2 Corinthiens 4:8-9).

L'Inde est la plus grande démocratie du monde. Mais elle est sous la domination des nationalistes hindous qui adhèrent à une idéologie assez éloignée de notre conception de la démocratie : l'« *Hindutva* » (hindouïté ou indianité), selon laquelle l'Inde doit avoir une culture (la culture hindoue), une religion (la religion hindoue) et une langue (la langue hindi).

À travers une campagne mensongère menée contre les chrétiens, le gouvernement incite les hindous à la haine et les pousse à des actions fanatiques. En 2014, un dirigeant nationaliste hindou a même annoncé que la fin de l'année 2021 verrait le dernier jour du christianisme en Inde.

« *Depuis lors, d'année en année, la persécution contre les chrétiens a augmenté, et dans un passé récent, nous avons vu des centaines et des milliers de personnes touchées par la persécution !* », déplore un de nos partenaires locaux. Mais en dépit des attaques violentes qui les ciblent, les chrétiens indiens tiennent bon : **ils sont « *pressés de toutes parts, mais non écrasés ; inquiets, mais non désespérés ; persécutés, mais non***



abandonnés ; abattus, mais non anéantis » (2 Corinthiens 4 : 8-9).

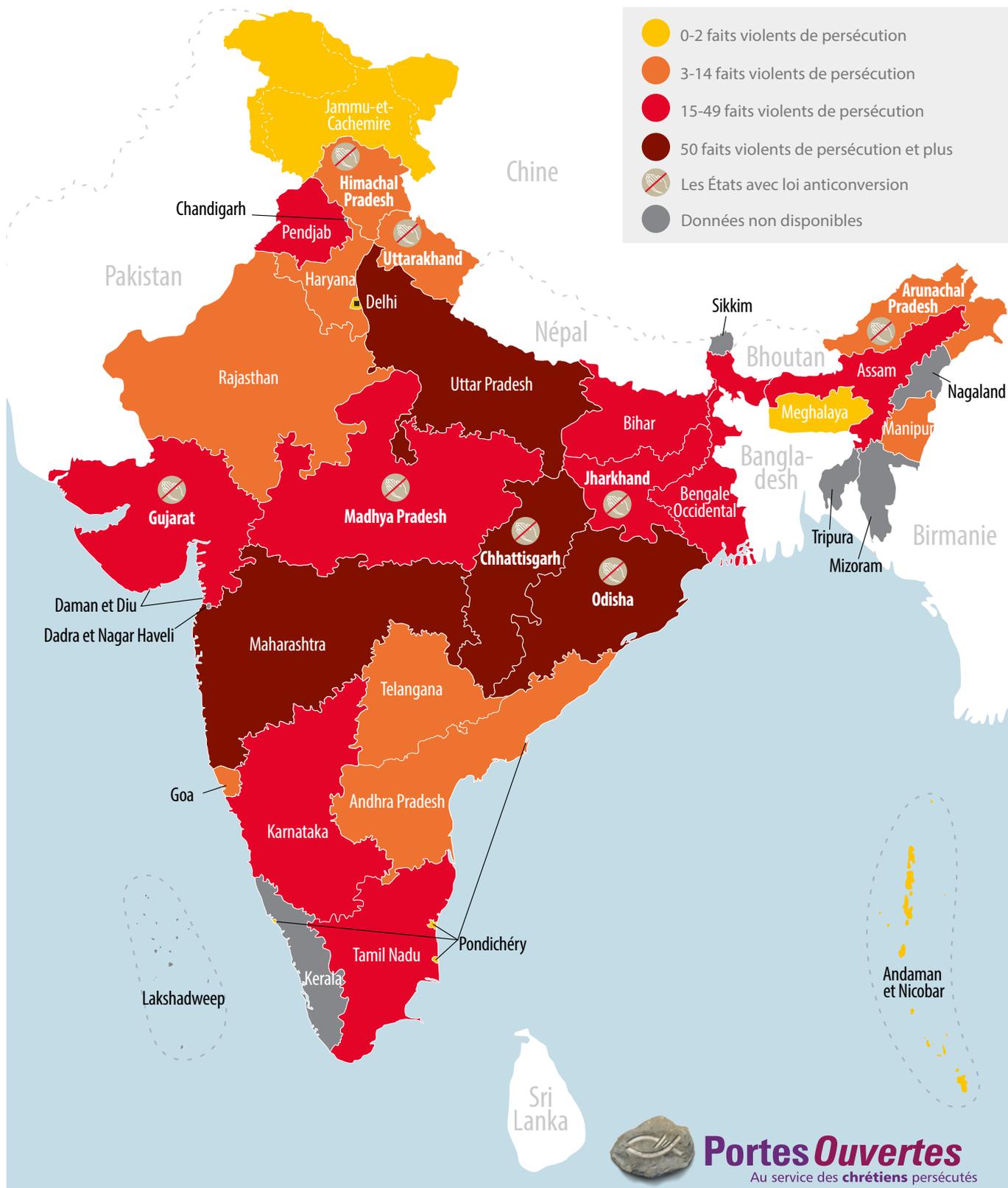
Les chrétiens persécutés ont besoin d'être encouragés. Ils ont besoin de savoir que les chrétiens du monde entier les soutiennent et deviennent une voix pour eux. Grâce à votre présence, à votre soutien et à vos prières, nous serons présents pour aider ceux qui sont persécutés et les encourager à tenir bon.



À cause des mensonges répandus par les extrémistes hindous, les chrétiens indiens sont confrontés à une persécution croissante. C'est surtout le cas dans les États qui ont voté des lois

anticonversion : elles sont utilisées de manière abusive pour créer un environnement qui favorise la discrimination et la violence.

VIOLENCE CONTRE LES CHRÉTIENS EN INDE PAR ÉTAT en 2020



LA CAMPAGNE IMPACT INDE

Impact Inde est une campagne internationale de prière et de plaidoyer menée par l'ensemble des bureaux de Portes Ouvertes. À travers diverses actions, l'objectif est de soutenir l'Église en Inde qui traverse actuellement une vraie tempête. Alors que le gouvernement indien met tout en

œuvre pour rendre le pays entièrement hindou, les chrétiens en Inde nous demandent d'agir et de prier pour eux.

Retrouvez toutes les infos au sujet de la campagne sur le site :

www.portesouvertes.fr/impactinde

impact inde

La campagne en 2021 :

Juillet

- Publication du rapport de la *London School of Economics* sur la situation en Inde
- Un mois de prière pour nos frères et sœurs indiens

Août

- Dénonciation des mensonges du gouvernement sur les réseaux sociaux

Septembre

- Campagne de plaidoyer pour l'Inde

Novembre

- Cook & Pray dans le cadre du Dimanche de l'Église Persécutée



TÉMOIGNAGES



L'HISTOIRE DE KUSUM

NOS ACTIONS FONT UNE RÉELLE DIFFÉRENCE

L'obscurité qui s'était installée sur le village ne pouvait retenir l'homme qui se trouvait devant la fenêtre de Kusum. La jeune veuve a regardé dehors et a reconnu son beau-père, se tenant là, une hache dans sa main.

« C'est de ta faute si mon fils est mort ! C'est de ta faute si mon petit-fils est mort ! Tu les as tués avec ta foi toxique ! Viens dehors ! Je vais te découper en morceaux ! »

Kusum s'est retirée dans un coin, attendant que le Seigneur intervienne. Son mari, puis son fils, étaient morts. La famille de son mari pensait qu'elle avait attiré une malédiction parce qu'elle avait suivi Jésus, au lieu de vénérer les dieux hindous. Son beau-père voulait maintenant se venger.

Heureusement, le beau-père de Kusum n'a pas mis sa menace à exécution cette nuit-là, et a fini par s'en aller.

« Chaque fois qu'ils me persécutent, je prie. »

Des années plus tard, Kusum est toujours victime de harcèlement à cause de sa foi. Elle vit toujours dans le même village qui la méprise, et n'importe qui pourrait la tuer et ne pas être condamné pour cela. Pourtant, quelque chose a changé dans sa vie : elle ne vit plus dans la peur.

« Je fais toujours face à l'opposition et à la persécution de mes beaux-parents. Mais je ne suis pas triste ou déprimée. Chaque fois qu'ils me persécutent, je prie. La prière me rend forte et je sais que d'autres prient aussi pour moi. »

Outre son beau-père qui la menace toujours mais qui ne l'a jamais blessée physiquement, Kusum subi aussi les insultes des villageois. Elle a obtenu des emplois et en a aussi perdu à cause de sa

foi. Lorsqu'elle se sent accablée, elle s'éloigne du village pour trouver un endroit tranquille et prier. Elle est analphabète et ne peut donc pas lire la Bible, mais Dieu lui parle.

Dans la détresse, Dieu a pourvu.

« Il me dit toujours qu'il prend soin de moi. Il pourvoit à mes besoins et me guérit de mes maladies. Tous les gens du village sont jaloux de moi. Ils croyaient que je deviendrais une veuve pauvre et malheureuse. Mais je suis riche et joyeuse en Dieu. Je n'ai pas besoin d'argent pour cela. »

Chaque fois que j'étais dans un grand besoin, Dieu a pourvu à travers ceux qui soutiennent Portes Ouvertes, qui prient et donnent pour moi et pour les chrétiens en Inde. Il a envoyé un partenaire de Portes Ouvertes qui est venu avec de la nourriture alors que je n'avais rien à manger. Je suis tellement reconnaissante envers vous tous. Vous étiez là quand j'étais dans le besoin. Je veux vous remercier. »

Pour aller plus loin

« Et si un membre souffre, tous les membres souffrent avec lui ; si un membre est honoré, tous les membres se réjouissent avec lui. » 1 Corinthiens 12 : 26

- Lire 1 Corinthiens 12 : 12-31.
- Nous faisons partie du même « corps » que Kusum. Qu'en penser ?
- Le passage de 1 Corinthiens parle de la manière dont chaque partie du corps a besoin de l'autre. Comment une croyante comme Kusum a-t-elle besoin de nous ?
- Comment avons-nous besoin de frères et sœurs tels que Kusum ?



L'HISTOIRE DE BAHIA

LE COURAGE NÉCESSITE DES ENCOURAGEMENTS

Bahia est une étudiante en école biblique de 22 ans. Elle a décidé de suivre Jésus après que Dieu l'a guérie d'attaques démoniaques. Peu après sa conversion, son frère est devenu si malade que les médecins ne pouvaient plus rien pour lui. La mère de Bahia lui a demandé de prier, et son frère a été guéri. La mère de Bahia est alors devenue chrétienne elle aussi, mais pas son père ni son frère.

Depuis qu'elles ont rencontré Jésus, Bahia et sa mère ont été victimes d'abus verbaux et de harcèlement pour avoir quitté l'hindouisme. La persécution s'est aggravée lorsqu'une dame du village est décédée : les chrétiens ont été accusés de cette mort. Bahia et les autres chrétiens ont été jetés hors du village. Ils ont passé la nuit dans une église d'une autre ville avant de revenir au village le lendemain.

Bahia raconte : « À notre retour, nous avons été agressés verbalement et les dirigeants de notre village ont beaucoup délibéré à notre sujet. Nous n'avons pas vu la violence arriver. C'était une semaine après notre retour au village ; elle est venue si soudainement ! »

Une foule en colère a traîné Bahia hors de sa maison pour la battre. Ils l'ont frappée partout où ils le pouvaient. Ses agresseurs criaient : « Tu n'es pas une hindoue ! Tu dois partir ! Tu n'es pas chez toi ici ! »

Incapable de se protéger des coups, Bahia a commencé à saigner. Son sang a taché la bible qu'elle tentait de protéger en la serrant contre elle durant l'attaque. Finalement, quelqu'un lui a arraché sa bible en menaçant de vouloir brûler le livre. « Faites ce que vous voulez de moi, mais ne détruisez pas ma bible », a-t-elle supplié avant d'être prise de force. Bahia ne sait toujours pas ce qui est arrivé à sa bible.

Pendant qu'ils la traînaient à travers le village, Bahia pensait à Jésus, poussé et frappé vers le mont du Calvaire. Bahia a perdu connaissance et s'est réveillée dans la forêt. Sa mère, qui avait aussi été battue et blessée, l'avait mise en lieu sûr. Les 19 autres chrétiens du village étaient là aussi.

Plus tard, les chrétiens ont été convoqués au village par la communauté pour leur faire renier leur foi.

« Faites ce que vous voulez de moi, mais ne détruisez pas ma bible »

« Je veux passer plus de temps à apprendre à connaître Dieu »

« Nous avons refusé d'abandonner notre foi, et cela les a mis très en colère, se souvient Bahia. Ils sont devenus agressifs parce que nous étions décidés à suivre Jésus coûte que coûte. Ils nous ont dit de quitter le village, sous prétexte que nous n'étions pas Indiens. » Le groupe de chrétiens est parti pendant plusieurs mois, jusqu'à ce qu'ils trouvent la faveur d'un des policiers locaux, qui a fait en sorte que les

villageois les acceptent à nouveau. Contrairement aux autres, Bahia n'est pas revenue.

« *Quand ils nous ont jetés hors du village, ils ont menacé de me violer ou de me tuer si je revenais. La situation dans le village n'a toujours pas été totalement résolue.* »

Au lieu de rentrer, Bahia a choisi d'aller étudier à l'école biblique. « *Je veux passer plus de temps à apprendre à connaître Dieu, pour qu'un jour je puisse revenir porter l'Évangile. C'est la promesse que j'ai faite à ma mère. C'est mon profond désir de partager la Parole de Dieu. Je veux dire à tout le monde que Jésus n'est pas seulement mort pour les étrangers. Il est mort pour tout le monde. S'il vous plaît, priez pour que Dieu m'aide à être à la hauteur de ma vision : partager sa Parole avec les non-croyants dans mon village, mais aussi dans d'autres endroits où la Parole de Dieu est combattue. J'ai aussi un profond désir que mon père et mon frère viennent à la foi.* »



Pour aller plus loin

« ***L'amour supporte tout, croit tout, espère tout, endure tout.*** »
1 Corinthiens 13 : 7

- Lire 1 Corinthiens 13.
- Pensez à Bahia et à ce qu'elle a traversé. Comment considérerait-elle le verset 7 ?
- Vous arrive-t-il de rencontrer des résistances parce que vous êtes croyant ?
- Comment l'histoire de Bahia et ce passage biblique peuvent-ils renforcer votre foi ?

PRIÈRES

Imprimez ou photocopiez cette page autant de fois que nécessaire, découpez et distribuez les sujets de prière à vos invités.

Impact Inde

LES EFFETS DE LA CRISE SANITAIRE

Les chrétiens en Inde sont sévèrement touchés par les effets de la crise sanitaire. En plus des ravages causés par le virus, ils subissent des discriminations dans l'accès aux soins et lors des distributions alimentaires organisées par le gouvernement.

Prions pour que Dieu fortifie physiquement et spirituellement nos frères et sœurs durant ces épreuves.

Impact Inde

LA SÉCURITÉ DES CHRÉTIENS

Les chrétiens en Inde sont recherchés et pris pour cibles par les extrémistes hindous. Malgré les violentes attaques qui laissent des cicatrices physiques et psychologiques, l'Église tient bon.

Prions pour que Dieu fortifie physiquement et spirituellement nos frères et sœurs durant ces épreuves.

Impact Inde

LES ACTIONS D'AIDE MENÉES SUR PLACE

Les partenaires de Portes Ouvertes en Inde continuent de porter des projets de soutien et d'aide d'urgence auprès des chrétiens persécutés. Leur sécurité est constamment mise en jeu lorsqu'ils assistent nos frères et sœurs.

Prions pour leur protection afin que leurs actions puissent porter du fruit en Inde.

Impact Inde

LE CHANGEMENT DE MENTALITÉ

Les actions de plaidoyer menées pour dénoncer les mensonges du gouvernement indien conduisent à de vrais changements. Des universitaires, des militants des droits de l'homme et même des hindous commencent petit à petit à lever leur voix contre l'Hindutva mené par le gouvernement.

Prions pour un vrai changement en Inde afin que les chrétiens puissent vivre en paix et en sécurité.

Impact Inde

LES PERSÉCUTEURS

La persécution en Inde est nourrie par l'idéologie hindoue et la volonté de faire du pays une nation entièrement hindoue. Le gouvernement propage des mensonges pour attiser l'animosité et encourager les discriminations de tous ordres.

Prions pour que les persécuteurs réalisent le mal qu'ils propagent et finissent par trouver Jésus.

Impact Inde

LES ENFANTS DES CHRÉTIENS

Les enfants chrétiens ne sont pas épargnés par les discriminations et les persécutions. Soutenons dans la prière cette nouvelle génération qui sera l'Église de demain.

Prions pour que les enfants chrétiens continuent à marcher avec Jésus. Prions que Dieu prépare les futurs responsables d'églises afin qu'ils soient fermement ancrés en Christ lorsqu'ils reprendront le flambeau.





RECETTES



CONDIMENT TOMATES-OIGNONS

POUR : 4 PERSONNES **TEMPS DE PRÉPARATION :** 15 MIN

- 2 tomates coupées en dés
- 1 oignon grossièrement haché
- 1/4 de piment vert finement haché
- le jus d'un citron vert (5 cuillères à café)
- 1/2 cuillère à café de sel
- 1/2 cuillère à café de graines de cumin grillées et moulues
- 3 cuillères à soupe de coriandre fraîche finement hachée

Mélangez les tomates, les oignons et les piments.

Ajoutez le jus de citron vert, le sel, le cumin et la coriandre puis mélangez.



CURRY DE LENTILLES

POUR : 4 PERSONNES **TEMPS DE PRÉPARATION :** 15 MIN **TEMPS DE CUISSON :** 37 MIN

- **450 g de lentilles rouges lavées et égouttées**
- **20 g de tomates en dés**
- **1 cuillère à café de poivre de Cayenne**
- **2 cuillères à café de coriandre moulue**
- **1/2 cuillère à café de curcuma**
- **1/2 cuillère à café de sel**
- **1 cuillère à soupe de coriandre fraîche finement hachée**
- **1 oignon haché**
- **5 cuillères à café de beurre**
- **1 piment vert finement haché**

Dans une casserole, recouvrez les lentilles de 650 ml d'eau et portez à ébullition. Avec un

couvercle sur la casserole et sans remuer, laissez mijoter pendant 15 minutes jusqu'à ce que les lentilles soient cuites.

Ajoutez les tomates en dés, le poivre de Cayenne, la coriandre moulue, le curcuma, le sel et la coriandre fraîche. Laissez mijoter pendant 10 minutes en remuant continuellement.

Pendant ce temps, faites chauffer le beurre à feu moyen ; ajoutez les oignons et faites-les cuire jusqu'à ce qu'ils soient caramélisés.

Versez le beurre et les oignons sur les lentilles et garnissez avec le piment.





POMMES DE TERRE ÉPICÉES

POUR : 4 PERSONNES **TEMPS DE PRÉPARATION :** 12 MIN **TEMPS DE CUISSON :** 38 MIN

- **500 g de pommes de terre**
- **3 cuillères à soupe d'huile de tournesol**
- **1 cuillère à café de graines de moutarde brune**
- **10 feuilles de curry**
- **du gingembre frais râpé (environ 5 cm)**
- **2 piments verts finement hachés**
- **1 gros oignon grossièrement haché**
- **1 gousse d'ail finement hachée**
- **1/2 cuillère à café de curcuma**
- **1 cuillère à café de poivre de Cayenne**
- **1 cuillère à café de sel**
- **2 cuillères à soupe de coriandre fraîche finement hachée**

Faites bouillir les pommes de terre pendant 20 minutes avec leur peau. Laissez refroidir, puis enlevez la peau.

Émiettez les pommes de terre grossièrement avec vos doigts.

Faites chauffer l'huile dans un wok ou une poêle à frire. Ajoutez les graines de moutarde jusqu'à ce qu'elles commencent à crépiter, environ 10 secondes.

Ajoutez les feuilles de curry et remuer.

Ajoutez le gingembre, les piments, l'oignon, l'ail et le curcuma.

Faites cuire pendant 2 minutes, en remuant jusqu'à ce que l'oignon soit translucide.

Ajoutez les pommes de terre émietées et remuez le mélange.

Ajoutez le poivre de Cayenne, le sel et la coriandre fraîche.

Ajoutez un peu d'eau et faites cuire jusqu'à ce que tous les ingrédients soient bien mélangés.



POULET KORMA

POUR : 4-5 PERSONNES **TEMPS DE PRÉPARATION :** 16 MIN

TEMPS DE REPOS : 60 MIN **TEMPS DE CUISSON :** 40 MIN

- **du gingembre frais épluché (environ 5 cm)**
- **3 gousses d'ail épluchées**
- **70 g de concentré de tomate**
- **1 cuillère à café d'épices garam masala**
- **0,5 cuillère à café de poivre de Cayenne**
- **1 cuillère à café de paprika**
- **8 gousses de cardamome verte (ou 1 cuillère à café de poudre de cardamome moulu)**
- **1,5 cuillère à café de sel**
- **1 cuillère à soupe de sucre**
- **1 cuillère à café de curcuma**
- **environ 200 ml de yaourt grec (soit 1 yaourt et demi)**
- **100 g d'amandes blanches (ou de farine d'amande)**
- **900 g de poulet coupé émincé**
- **60 g de beurre**
- **un filet d'huile de tournesol**
- **2 oignons hachés**
- **220 ml de crème fouettée**

Dans un mélangeur ou un robot culinaire, mixez le gingembre, l'ail, le concentré de tomates, le garam masala, le poivre de cayenne, le paprika, la cardamome, le sel, le sucre, le curcuma, le yaourt grec et les amandes pour obtenir une purée lisse.

Dans un bol, ajoutez le poulet à la purée et mélangez le tout.

Couvrez d'un film plastique et laissez mariner au réfrigérateur pendant au moins une heure.

Faites chauffer le beurre et un filet d'huile dans une grande poêle.

Faites cuire les oignons jusqu'à ce qu'ils caramélisent, environ 8 minutes.

Ajoutez le poulet et la marinade dans la poêle.

Ajoutez 1 230 ml d'eau et portez à ébullition. Laissez mijoter pendant 15 à 20 minutes, en remuant fréquemment.

Ajoutez la crème fouettée et laissez mijoter pendant 5 à 10 minutes supplémentaires.

SERVEZ AVEC DU RIZ. PARSEMEZ DE COPEAUX D'AMANDE ET DE FEUILLES DE CORIANDRE.



PORC VINDALOO



POUR : 4 PERSONNES

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MIN

TEMPS DE REPOS : 1 HEURE 10

SERVEZ AVEC DU RIZ

- **1 bâton de cannelle**
(environ 1,25 cm utilisé)
- **2 cuillères à café de graines de cumin**
- **du poivre noir en grains**
(environ 1/4 de cuillère à café)
- **1/2 anis étoilé**
- **2 cuillères à café de graines de pavot**
- **du gingembre frais, épluché**
(environ 7 à 8 cm)
- **10 gousses d'ail épluchées**
- **6 cuillères à café de poivre de Cayenne**
- **115 ml de vinaigre de cidre ou de vinaigre de vin blanc**
- **environ 1 kg de porc, coupé en petits morceaux**
- **1 cuillère à soupe d'huile de tournesol**
- **4 oignons hachés**
- **1 cuillère et demie à café de sel**
- **2 cuillères à café de sucre**

Broyez le bâton de cannelle, les graines de cumin, les grains de poivre, l'anis étoilé et les graines de pavot dans un moulin à café électrique ou avec un mortier et un pilon.

Dans un mélangeur ou un robot culinaire, faites une pâte lisse avec les épices moulues, le gingembre, l'ail, le poivre de Cayenne et le vinaigre. Ajoutez de l'eau si nécessaire.

Enrobez l'émincé de porc avec 1/3 de la pâte d'épices.

Chauffez l'huile de tournesol dans une grande poêle. Faites-y dorer les oignons 15 à 20 minutes.

Ajoutez le reste de la pâte d'épices et laissez cuire pendant 5 minutes en remuant. Si nécessaire, ajoutez de l'eau.

Ajoutez la viande pour la cuire pendant 5 minutes supplémentaires en remuant.

Ajoutez environ 700 ml d'eau, le sel et le sucre. Faites cuire jusqu'à ce que la viande soit tendre, en remuant de temps en temps. Laissez la sauce s'épaissir jusqu'à la consistance voulue. Ajoutez de l'eau si vous le souhaitez.



DESSERT DE CAROTTES

POUR : 4 PERSONNES **TEMPS DE PRÉPARATION :** 10 MIN **TEMPS DE CUISSON :** 50 MIN

- 1 litre de lait
- 450 g de carottes grossièrement râpées
- 10 gousses de cardamome
- 150 g de sucre
- 4 cuillères à soupe de beurre
- 2 cuillères à soupe de raisins secs
- 2 cuillères à soupe de pistaches pelées, grossièrement hachées

Dans une grande casserole, portez le lait à ébullition avec les carottes râpées, les gousses de cardamome et le sucre.

Faites cuire à feu moyen en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que tout le liquide ait disparu. Cela prendra 30 min ou plus.

Faites chauffer le beurre dans une poêle antiadhésive et ajoutez le mélange de carottes.

Ajoutez les raisins secs et les pistaches.

Faites cuire à feu moyen pendant 15-20 min, en remuant jusqu'à ce que le mélange devienne sec et rouge.

LASSI

POUR : 4 PERSONNES

TEMPS DE PRÉPARATION : 12 MIN



- **2 yaourts**
- **3 cuillères à soupe de sucre**
- **une pincée de sel**
- **700 ml de lait (facultatif)**
- **une pincée de safran**
- **une demie cuillère à café de poudre de cardamome**
- **des glaçons**

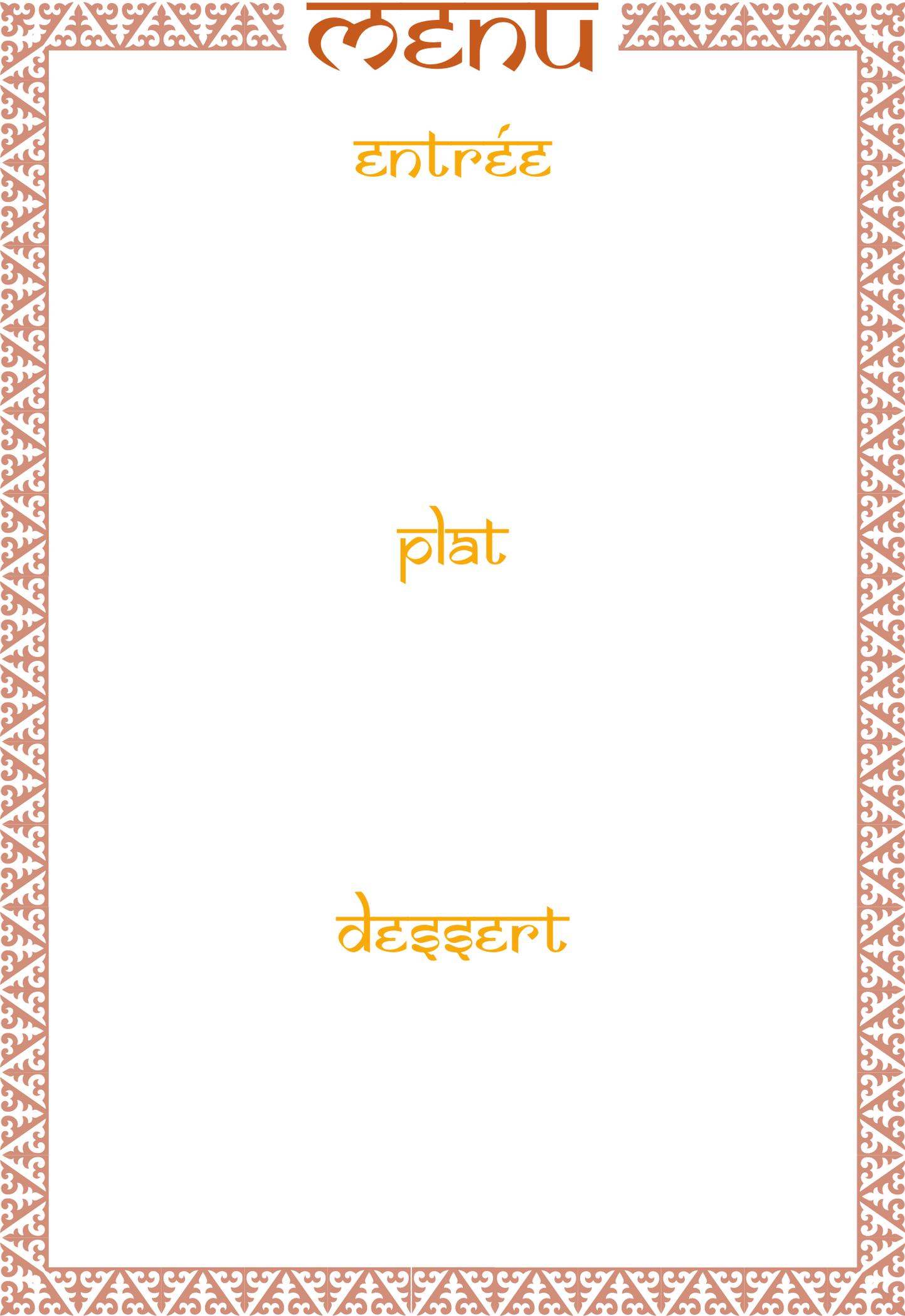
Battez bien le yaourt à l'aide d'un fouet.

Ajoutez le sucre et une pincée de sel. Battez à nouveau.

Ajoutez 700 ml d'eau (ou de lait), une pincée de safran et la poudre de cardamome.

Remuez jusqu'à ce que le sucre soit dissous.

Versez dans des verres et ajoutez beaucoup de glaçons.



MENU

entrée

plat

dessert



PROJET TERRAIN

AIDER L'ÉGLISE À SURVIVRE EN INDE

Votre soutien nous permet de nous tenir aux côtés de l'Église en Inde en lui fournissant de l'aide humanitaire, des soins médicaux, des formations, un soutien socio-économique à moyen et à long terme.

Cela semble impensable dans la plus grande démocratie du monde. Pourtant, les extrémistes hindous ont entrepris de détruire l'Église en Inde, en utilisant des mensonges pour attiser la haine. Leur violence ne s'est pas arrêtée pendant la pandémie. Face à l'urgence de la situation, nous avons relancé la campagne «Impact Inde» à l'échelle internationale.

Nos collaborateurs se rendent sur place pour soutenir les personnes qui ont besoin d'aide, de

soutien et d'encouragement dans les moments les plus difficiles de leur vie. C'est pourquoi vos dons sont si importants, pour pouvoir fournir une aide humanitaire vitale : des soins médicaux et de la nourriture, un soutien socio-économique à moyen et à long terme et des formations.

Votre soutien pourra aider l'Église à survivre face à la violence, à la persécution et à la perte des moyens de subsistance à cause de la Covid-19.

16 €

apportent une aide d'urgence à une victime de violences ou à un chrétien qui a perdu son gagne-pain à cause de la pandémie.

60 €

permettent de former un responsable à l'organisation d'ateliers de survie à la persécution.

250 €

aident un chrétien qui a perdu ses moyens de subsistance à démarrer une petite entreprise.

L'ÉGLISE EN INDE EST « ABATTUE, MAIS NON ANÉANTIE ». AGISSONS PENDANT QU'IL EST ENCORE TEMPS.

OUI, JE SOUTIENS L'ÉGLISE EN INDE

en lui fournissant de l'aide humanitaire, des soins médicaux, des formations,
un soutien socio-économique à moyen et à long terme.

LES COORDONNÉES DE NOTRE ÉGLISE/COMMUNAUTÉ

Nom de l'église / de la communauté :

Nom du pasteur ou du responsable :

Adresse :

CP :

Ville :

--	--	--	--	--	--

Pays :

E-mail de contact :

VOICI NOTRE OFFRANDE DE :

_____ €

Nous souhaitons donner par :

Chèque ci-joint (à l'ordre de Portes Ouvertes)

Virement : (en précisant vos coordonnées avec la mention Cook & Pray)

• France / Etranger : Caisse d'Épargne Association Portes Ouvertes

IBAN : FR76 1513 5090 1708 0004 9704 978 **BIC** : CEPFRPP513

• Belgique :

IBAN : BE97 0001 4470 9549 **BIC** : BPOTBEB1 XXX

**COUPON À RENVOYER ENTIÈREMENT À
PORTES OUVERTES FRANCE - BP 20105 - 67541 OSTWALD CEDEX**



Portes Ouvertes

Au service des **chrétiens** persécutés

Portes Ouvertes France & Belgique
BP 20105 – 67541 Ostwald Cedex

contact@portesouvertes.fr
www.portesouvertes.fr

