
TABARA EXOTIQUE

Vente de produits exotiques africains

NOS POISSONS



BARRACUDA

**9€50 le kilo l'entier
coupé 8€90**



BARRE

9€90 le kilo

Poisson à la chair tendre, facile à cuisiner, se prépare au four



TILAPIA ROUGE

5€90 le kilo
17€90 le carton
chaque carton
contient 5 poissons

Un délicieux poisson utilisé comme ingrédient
pour de nombreux plats, qui se cuisine de
multiples façons.

excellent pour préparer du yassa



TILAPIA NOIR

5€90 le kilo
15€90 le carton
chaque carton
contient 5 poissons

Le tilapia noir se prepare comme le tilapia
rouge.



DORADE

7€90 le kilo



CHINCHARD (OU TOMSON)

4€90 le kilo
70€ le carton

Un carton de chinchard pèse 20
kilos

Un poisson bon marché
consommé souvent par les
camerounais, congolais, guinéens
et ivoiriens



MAQUEREAUX

4€90 le kilo



SOLE

12€90 le kilo

Consommé majoritairement par les ivoiriens
peut s'accompagner avec du riz, d'attiéké ou
d'alloco



CAPITAINE

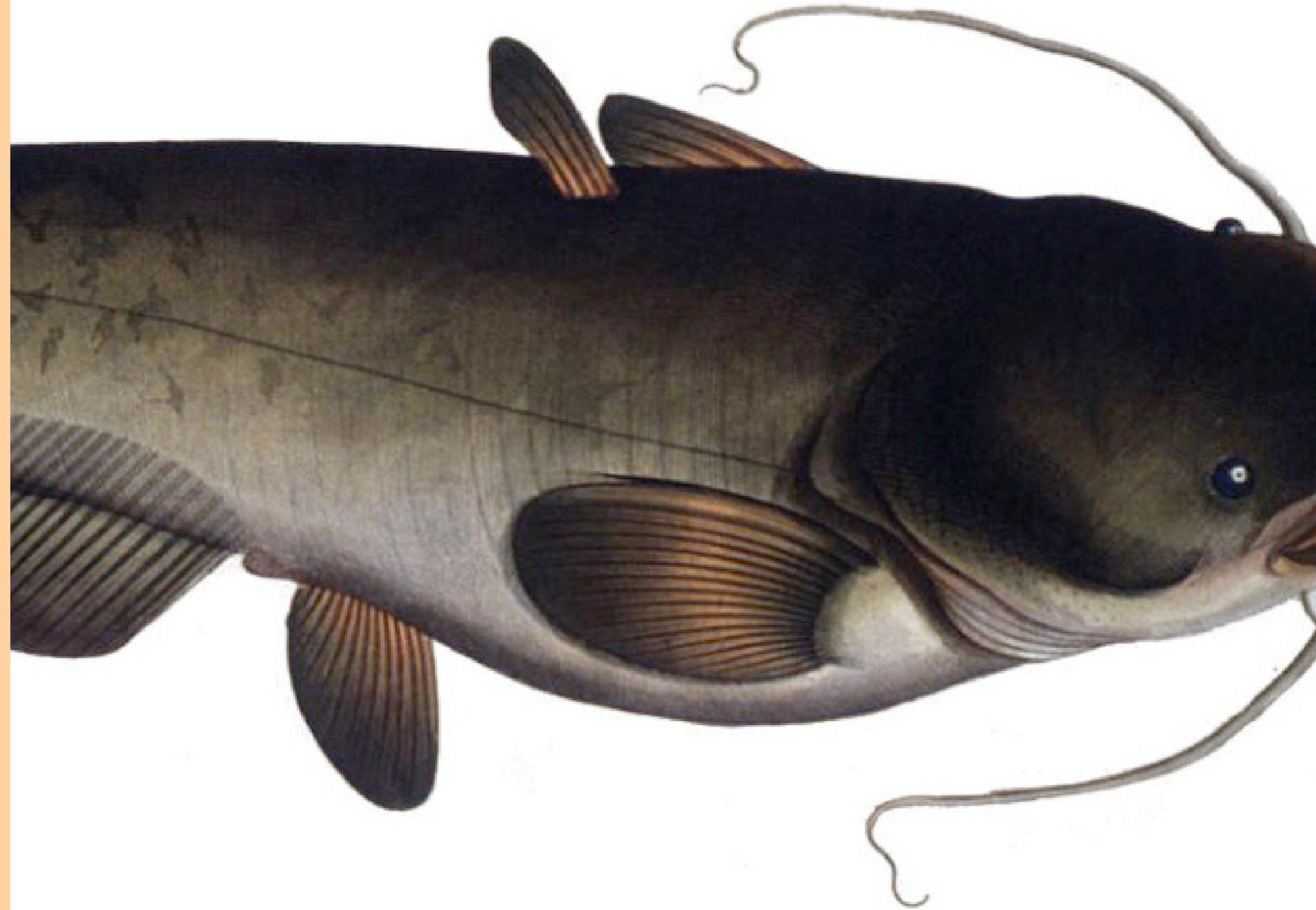
9€90 le kilo

Utilisé souvent comme ingrédient pour
préparer du riz au poisson(thiep), un plat
senegalais
se prepare aussi comme le barre



SILURE

6€90 le kilo



PANGAS

Coupé 4€90
entier 5€90



PLAT PLAT

7€90 le kilo



SAINTE PIERRE

7€90 le kilo

Un poisson maigre, très peu connu, qui se prête à tous les modes de cuisson



THON

8€50 le kilo

Majoritairement consommé en cote d'ivoire
se mande avec allococo, attiéké....



MÉROU (OU THIOF)

**12€90 le kilo
disponible en entier,
grande ou petite
coupure**

ce poisson en provenance du sénégal est
spécialement utilisé pour préparer du riz au
poisson



SARDINE

**5€ le sachet
chaque sachet
contient jusqu'à
6 poissons**

Comme le mérrou, les sardines sont originaire du Sénégal et peuvent être utilisées comme ingrédient dans tous les plats sénégalais

