



**Portes Ouvertes**

Au service des chrétiens persécutés

**PRIONS POUR L'AFGHANISTAN**

**COOK  
& PRAY\***

**UN REPAS SOLIDAIRE  
EN COMMUNION AVEC  
LES CHRÉTIENS AFGHANS**

*\*Cuisinez et priez*



# INTRODUCTION

À la suite du succès rencontré par le livret Cook & Pray\* sur l'Inde publié en 2021, nous sortons un second livret qui vous permettra cette fois d'organiser et d'animer un repas solidaire pour soutenir les chrétiens afghans.

L'objectif est de faire connaître la situation des chrétiens afghans et de prier pour eux. Nous vous suggérons d'organiser le repas avec un groupe d'amis, votre famille ou les frères et sœurs de votre église.

En plus de témoignages, vous trouverez aussi 10 cartes de prières à utiliser afin d'intercéder pour les chrétiens d'Afghanistan et leurs persécuteurs pendant le repas. Pensez à photocopier les sujets s'il vous en faut d'avantage !

Durant le Cook & Pray, nous vous invitons aussi à présenter la campagne « Prions pour l'Afghanistan » à vos convives.

Vous trouverez plus d'informations sur cette campagne et même une vidéo sur : [www.portesouvertes.fr/prionspourlafghanistan](http://www.portesouvertes.fr/prionspourlafghanistan)

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

L'équipe de Portes Ouvertes

PS : Si vous faites une offrande, utilisez le coupon pour permettre aux chrétiens vivant dans les pays parmi les plus fermés à l'Évangile d'avoir accès à la Parole de Dieu.

# SOMMAIRE

**2**

**Mot d'introduction**

**4**

**Guide de préparation**

**6**

**Contexte**

Que vivent les chrétiens ?

**8**

**Témoignages**

Saad : L'espoir est né

Visite à des réfugiés afghans

**13**

**Sujets de prière**

10 sujets pour prier en groupe

**15**

**Recettes**

Kabuli Palaw

Borani Banjan

Ferni afghan

Halwa

**21**

**Aller plus loin**

**22**

**Projet terrain**

**23**

**Coupon Don**

# GUIDE DE PRÉPARATION

Laissez-vous guider pas à pas pour préparer ce repas solidaire et soutenir nos frères et sœurs afghans.

## EN AMONT

**Étape 1** : définir un lieu et une date pour le repas. Dresserez-vous la table à l'église avec toute l'assemblée ou en petit comité à la maison ? À quelle date pourrez-vous l'organiser ? Essayez de voir les disponibilités de chacun et prévoyez au mieux !

**Étape 2** : choisissez les plats que vous servirez. Assurez-vous d'avoir les ingrédients nécessaires, et recrutez de la main d'œuvre pour pouvoir tout préparer en temps et en heure.

**Étape 3** : lisez les témoignages pour vous imprégner des histoires de ces chrétiens et pouvoir les partager plus facilement pendant le repas. En effet, l'un des moments forts du Cook & Pray consiste à donner la parole aux chrétiens afghans afin de pouvoir prier pour eux.

**Étape 4** : imprimez et découpez les cartes de prières pour les distribuer pendant le repas. Les convives pourront alors repartir avec leur carte de prière et continuer à prier chez eux.

**Étape 5** : chaque témoignage se termine par quelques questions. Vous pouvez prendre un peu d'avance en lisant les questions et commencer à y réfléchir. Lors du repas, ce sera à vous de lancer la conversation en vous servant de ces différents sujets.

## LE JOUR J

Il ne vous reste plus qu'à :

1. Cuisiner
2. Savourer les bons plats
3. Partager les témoignages et le projet que nous soutenons sur place (voir la fiche projet)
4. Prier
5. L'équipe de Portes Ouvertes vous souhaite un bon Cook & Pray !

## IDÉES BONUS :

- **Parlez de la campagne** « Prions pour l'Afghanistan » pour inciter vos convives à participer aux 30 jours de prière au mois de novembre. Les sujets resteront accessibles après novembre pour permettre à tout le monde de prier même au-delà de la campagne.
- **Projetez la vidéo** en début de repas pour donner du contexte à tout ce qui suivra (voir la vidéo sur [www.portesouvertes.fr/prionspourlafghanistan](http://www.portesouvertes.fr/prionspourlafghanistan)).
- **Rythmez le repas** en rappelant le contexte de la situation en Afghanistan lors de l'entrée, en lisant un témoignage après le plat principal et en priant après le dessert.
- **Distribuez un témoignage par table** si vous avez de nombreux convives et plusieurs tables.



# CONTEXTE : L'ÉGLISE EN AFGHANISTAN

Que vivent les chrétiens ?

## POURSUIVIS PAR LES TALIBANS

Vivre en tant que chrétien en Afghanistan était déjà extrêmement difficile depuis des décennies, mais les choses ont empiré le 15 août 2021, date qui marque le retour au pouvoir des talibans. On estime à seulement quelques milliers le nombre de chrétiens vivant toujours dans le pays. Plus vulnérables que jamais, ces frères et sœurs sont désormais obligés de vivre leur foi cachée et dans le plus grand secret.

En Afghanistan, la majorité des chrétiens sont d'arrière-plan musulman, or la conversion de l'islam au christianisme est interdite selon la charia. Tous risquent leur vie s'ils sont découverts. Les femmes converties peuvent être mariées de force à un musulman ou confinées entre les murs de leur maison. Elles peuvent également être vendues comme esclaves ou prostituées, être privées de nourriture, d'eau et de soins de santé, enfermées dans des pièces, battues sévèrement, brûlées ou maltraitées sexuellement. Les hommes sont, quant à eux, victimes de violences verbales, d'emprisonnement, de torture, d'abus sexuels et même de menaces de mort. Les membres de la famille des convertis peuvent également être persécutés, car ils deviennent suspects par association.



## LA CAMPAGNE « PRIONS POUR L'AFGHANISTAN »

Face au nouveau gouvernement taliban qui les traque, les chrétiens en Afghanistan ont besoin d'être soutenus. C'est là où nous pouvons intervenir. Nous pouvons les entourer dans la prière. Demandons à Dieu de les soutenir, de les fortifier, de leur permettre de tenir bon dans ce contexte spirituel, économique et politique si difficile.

Ce livret Cook & Pray Afghanistan fait partie de la campagne « Prions pour l'Afghanistan ». Nous vous invitons à partager cette campagne grâce aux informations et à la vidéo que vous retrouvez sur le site de la campagne.

Entièrement centrée autour de l'intercession, la campagne « Prions pour l'Afghanistan » débute le 1er novembre 2022 pour 30 jours. Tous ceux qui le souhaitent peuvent s'inscrire pour recevoir un sujet de prière quotidiennement et rejoindre les milliers d'autres chrétiens qui prient chaque jour pour l'Afghanistan.

- Les sujets resteront accessibles quelque temps après le mois de novembre pour permettre au plus grand nombre de participer, même après la date prévue !
- La campagne comprendra également une soirée de prière en ligne le jeudi 17 novembre à 20 h pour intercéder tous ensemble en faveur de l'Afghanistan.

**Pour vous abonner à la campagne, retrouver les sujets de prière des jours précédents, vous connecter à la réunion de prière ou avoir plus d'explications sur la situation en Afghanistan, rendez-vous sur : [www.portesouvertes.fr/prionspourlafghanistan](http://www.portesouvertes.fr/prionspourlafghanistan)**



Scannez le QR code pour accéder au site de la campagne.

# TÉMOIGNAGE

## L'histoire de Saad : l'espoir est né

Saad et sa famille ont l'habitude de devoir se cacher à cause de leur foi. Cela fait 40 ans qu'il est dangereux d'être chrétien et d'exprimer publiquement sa foi en Afghanistan. Pourtant, cette nouvelle ère sous les talibans apporte encore de nouvelles menaces.

« Tout ce que nous craignons est arrivé quand les talibans ont pris le contrôle », raconte Saad, l'un des rares croyants secrets qui ont choisi de rester en Afghanistan depuis la prise de pouvoir des talibans en août 2021. « C'est difficile à comprendre ; j'ai du mal à l'expliquer avec des mots. La nuit où les talibans ont pris le contrôle, j'ai senti quelqu'un s'immiscer dans mes souvenirs et tenter de les étouffer. »

Peu après la prise de Kaboul, les talibans ont commencé à fouiller les maisons pour traquer toute personne ayant un lien avec l'Occident ou le christianisme. Les chrétiens découverts sont enlevés ou tués. « Nos noms sont apparus sur la liste qui circulait », partage Saad. « Certains [d'entre nous] ont été tués. Certains ont été kidnappés, d'autres ont simplement disparu. Chaque jour, on a l'impression de se réveiller au lendemain d'une énorme explosion cataclysmique. »

Pourtant, il y a toujours de l'espoir. La nuit où les talibans ont pris le pouvoir, la femme de Saad a donné naissance à une petite fille. « Ma femme a commencé le travail et une petite fille est née dans une famille chrétienne par une nuit aussi fatidique que celle-ci. De l'autre côté du rideau où les hommes étaient serrés les uns contre les autres, mon père a lu le Psaume 20 pour mon bébé et ma femme... Nous avons peur. Nous avons toujours peur », confie-t-il. « Je ne sais pas par où commencer, mais je vais encourager ma femme en lui disant qu'il y a de l'espoir pour notre fille. »

### RÉFLEXIONS

Alors que les réfugiés désespérés se dispersent dans toute la région dans et au-delà des frontières afghanes, l'Église doit rester une source d'espoir et témoigner de l'amour de Dieu malgré les risques.

Aucun croyant ne devrait faire face seul à l'oppression et à la violence de la persécution. Soyons unis en prière avec eux pour qu'avec la grâce de notre Dieu, ils puissent tenir ferme et être des témoins fidèles du Christ.

- Avez-vous déjà connu une période de peur ou d'angoisse pour l'avenir ?
- Comment l'avez-vous surmontée ?
- Y a-t-il un passage biblique qui vous a aidé ?

Comme le père de Saad l'a fait à la naissance de sa petite fille, lisons le Psaume 20 comme une prière pour les chrétiens en Afghanistan. Soyons unis dans cette prière.

## PRIÈRE POUR LE ROI

<sup>1</sup>Au chef de chœur. Psaume de David.

<sup>2</sup>Que l'Éternel te réponde lorsque tu es dans la détresse, que le nom du Dieu de Jacob te protège !

<sup>3</sup>Qu'il t'envoie du secours depuis le sanctuaire, depuis Sion qu'il te soutienne ! <sup>4</sup>Qu'il se souvienne de toutes tes offrandes et qu'il accepte tes holocaustes ! – Pause.

<sup>5</sup>Qu'il te donne ce que ton cœur désire et qu'il accomplisse tous tes projets ! <sup>6</sup>Nous nous réjouissons de ton salut, nous dresserons l'étendard au nom de notre Dieu ; l'Éternel exaucera tous tes vœux.

<sup>7</sup>Je sais maintenant que l'Éternel sauve celui qu'il a désigné par onction ; il lui répond du ciel, de sa sainte demeure, par le secours puissant de sa main droite. <sup>8</sup>Les uns s'appuient sur leurs chars, les autres sur leurs chevaux ; nous, nous célébrons l'Éternel, notre Dieu. <sup>9</sup>Eux, ils plient et tombent ; nous, nous tenons ferme, nous restons debout. <sup>10</sup>Éternel, sauve le roi ! Réponds-nous, quand nous faisons appel à toi !

- Que ressentez-vous à la lecture de ce psaume ?
- Quel(s) verset(s) vous apporte(nt) du réconfort et vous donne(nt) de l'espoir ?



Photo d'illustration

# TÉMOIGNAGE

## Visite à des réfugiés afghans : « *S'il vous plaît, ne nous oubliez pas* »

En mars 2022, une partenaire de Portes Ouvertes a rendu visite à des réfugiés afghans dans un lieu tenu secret. Elle partage ce qu'elle a vu et ce qu'elle a vécu au milieu de toutes ces personnes qui ont tout perdu pratiquement du jour au lendemain.

L'odeur d'urine m'a envahi les narines lorsque nous sommes entrés dans le bloc d'appartements où se trouvent de nombreux réfugiés afghans arrivés il y a quelques années déjà, avant la chute du gouvernement de Kaboul le 15 août 2021. Tout a commencé lorsque les talibans ont entrepris de s'emparer du pays étape par étape, village par village, ville par ville.

En montant l'escalier étroit, je vois de nombreux objets cassés - meubles, bicyclettes, bois cassé, etc., mais lorsque nous arrivons au niveau le plus élevé, nous sommes accueillis par des visages radieux de femmes et d'enfants. Ils sont tout sourire, et nous disent quelque chose que nous ne pouvons pas comprendre. « *Ils vous remercient simplement pour l'aide que vous leur avez apportée* », traduit notre contact local.

On nous fait ensuite entrer dans une petite pièce où nous attendent trois hommes et une femme. Nous nous asseyons sur la moquette. C'est la fin de l'hiver, mais la pièce est encore froide, et il n'y a ni chauffage ni cheminée. Quelques jeunes femmes afghanes entrent pour nous servir du thé et des sucreries en guise de rafraîchissement. Trois des hommes du groupe sont afghans. L'un était médecin, un autre chirurgien et le troisième était chanteur. Chacun partage l'histoire de sa vie et la raison pour laquelle il a quitté l'Afghanistan.

« *Les talibans voulaient que je travaille pour eux. J'ai refusé, alors ils m'ont envoyé une lettre me menaçant de mort* », déclare le médecin, ce à quoi le chirurgien acquiesce. Lui aussi a reçu les mêmes menaces.

« *Je chantais des chansons afghanes pour gagner ma vie. Ma carrière est considérée comme un péché par les talibans. J'ai trois filles. Les talibans les ont prises comme épouses, même sans mon accord* », raconte le chanteur.

Tous ont vendu tout ce qu'ils possédaient en Afghanistan pour venir ici. La vie est difficile en tant que réfugiés. Ils ne peuvent pas obtenir de permis de travail et n'ont donc pas de revenu, mais doivent quand même payer pour renouveler leur statut de réfugié chaque année. En plus de cela, il leur faut payer un loyer pour l'endroit où ils sont logés.

« *Parfois, nous ne savons pas comment dépenser le peu d'argent dont nous disposons : à la nourriture, au logement, aux médicaments ou au renouvellement de notre carte de réfugié* », confie une mère alors qu'un bébé pleure dans ses bras. « *Les talibans ont enlevé mon mari lorsque nous traversions la frontière. Mon fils, mes trois filles et moi sommes arrivés jusqu'ici, mais ma fille est morte de maladie.* »

Alors que la femme raconte son histoire, nous remarquons son fils. L'expression de son visage est pleine de colère, d'amertume et de haine. Il y a tant de douleur.

« *Quel espoir avons-nous, pour nous-mêmes, pour nos enfants ?* » demande une autre réfugiée, qui

a travaillé comme institutrice en Afghanistan. Montrant une jeune fille, assise à côté d'elle, elle continue : « Elle a terminé sa scolarité en Afghanistan. Elle est censée aller à l'université. Mais elle ne peut pas. Elle ne peut pas étudier. Elle ne peut pas travailler. Que peut-elle faire ? »

De l'espoir. C'est la seule chose dont ces réfugiés ont désespérément besoin. « S'il vous plaît, ne nous oubliez pas ! », nous supplient-ils avant notre départ.

Grâce à vous Portes Ouvertes peut soutenir des familles de réfugiés en apportant une aide pratique et un ministère de présence continue en ces temps difficiles. Mais nous savons aussi que le plus grand espoir que nous pouvons leur donner est de prier pour qu'ils connaissent la source de l'espoir, Jésus-Christ. Alors, nous continuons à persévérer. Je sais que Son œuvre parmi nos frères et sœurs afghans n'est pas encore terminée.

## RÉFLEXIONS

Les camps de réfugiés comme celui que notre partenaire a visité sont nombreux. Ils abritent des personnes de tout bord et de toute confession qui ont cependant un point commun : celui d'avoir choisi de fuir l'Afghanistan pour échapper au régime des talibans.

Si vous aviez l'occasion de rencontrer ces personnes déplacées, quel message d'espoir pourriez-vous leur apporter ? Y a-t-il un verset ou un passage biblique que vous souhaiteriez partager ?

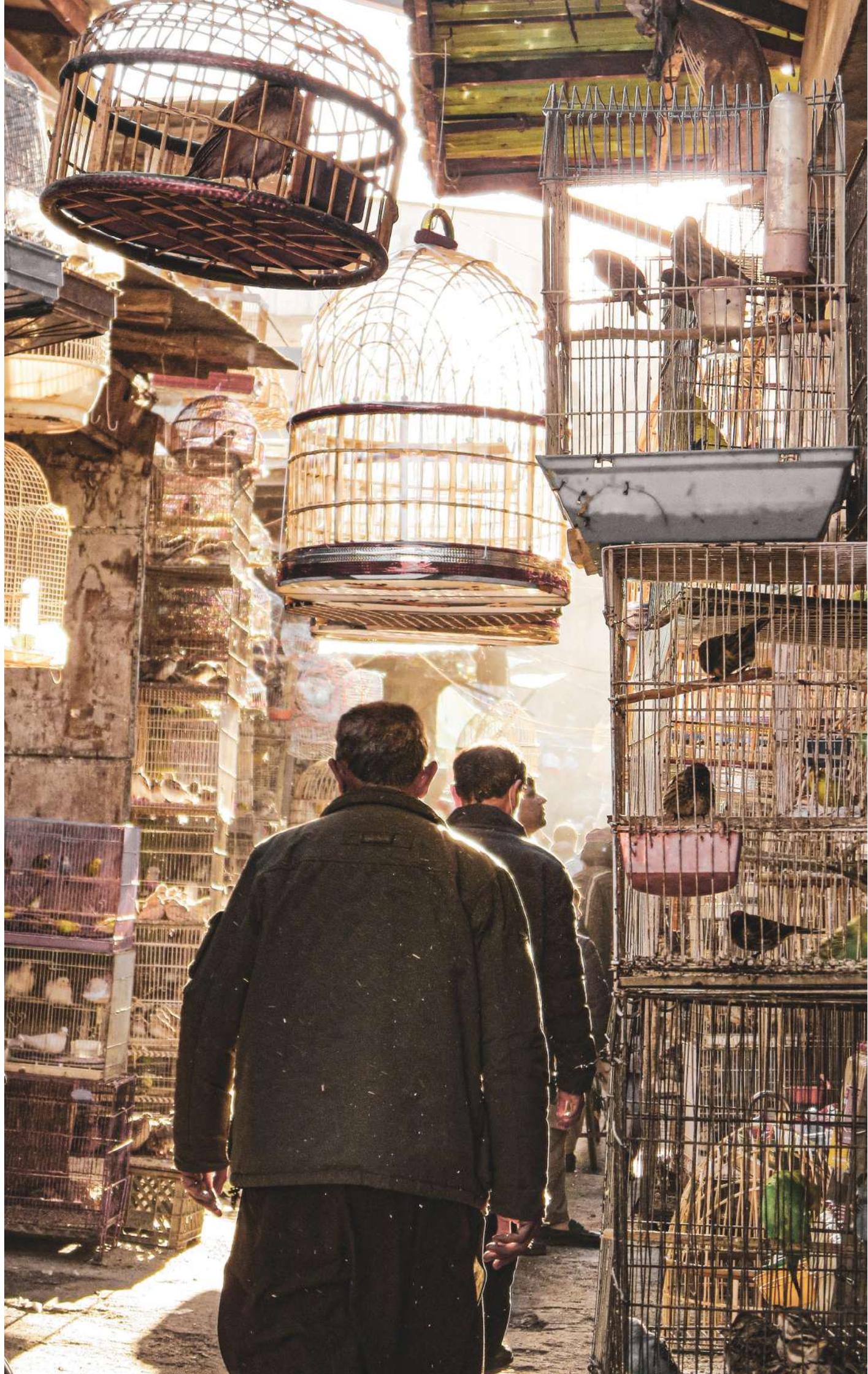
## LISEZ LE PSAUME 61

Au chef de chœur, sur instruments à cordes. De David.

<sup>2</sup>Ô Dieu, écoute mes cris, sois attentif à ma prière ! <sup>3</sup>Des extrémités de la terre, dans ma faiblesse, je crie à toi : conduis-moi sur le rocher trop élevé pour moi ! <sup>4</sup>Oui, tu es pour moi un refuge, une tour fortifiée, en face de l'ennemi. <sup>5</sup>Je voudrais habiter éternellement dans ta tente, me réfugier sous l'abri de tes ailes. – Pause. <sup>6</sup>Oui, c'est toi, ô Dieu, qui écoutes mes vœux ; tu me donnes l'héritage réservé à ceux qui craignent ton nom. <sup>7</sup>Ajoute des jours à la vie du roi, que ses années se prolongent de génération en génération, <sup>8</sup>qu'il siège éternellement devant Dieu ! Fais que ta bonté et ta fidélité veillent sur lui ! <sup>9</sup>Alors je chanterai sans cesse ton nom en accomplissant chaque jour mes vœux.

Avant et pendant son règne, Le roi David a plusieurs fois dû fuir le danger. Par exemple, il quitta à la hâte Jérusalem pour échapper à son fils Absalom (voir 2 Samuel 15). Selon l'hypothèse la plus probable, cet épisode aurait inspiré à David l'écriture du Psaume 61.

- Comment David vit-il l'épreuve ?
- Avez-vous connu une situation similaire où rien ne semble aller selon votre plan ? Comment renouveler sa confiance en Dieu dans ces moments-là ?



# SUJETS DE PRIÈRE

Voici 10 sujets permettant de prier pour les différents besoins concernant les chrétiens afghans. Certains sujets vous guideront également dans l'intercession pour les persécuteurs.

Les cartes de prière peuvent être photocopiées, découpées et partagées pendant ou en dehors du Cook & Pray.



Scannez le QR code pour accéder au site de la campagne.

## PRIEZ

### POUR CEUX QUI SONT RESTÉS

Priez pour les chrétiens qui ont choisi de rester en Afghanistan pour témoigner du Seigneur à l'intérieur du pays. Priez pour leur sécurité. Que Dieu leur donne la force et les occasions de témoigner, même en silence, alors qu'ils s'adaptent à leur nouveau gouvernement.



Scannez pour suivre la campagne

## PRIEZ

### POUR CEUX QUI ONT QUITTÉ LE PAYS

Priez pour ceux qui ont fui l'Afghanistan – qu'ils restent fidèles au Seigneur. Priez pour que la présence de Dieu, la sérénité et la paix se réinstallent dans leur cœur. Priez aussi qu'ils soient pleinement accueillis et entourés par des églises locales.



Scannez pour suivre la campagne

## PRIEZ

### POUR LES JEUNES FILLES ET LES FEMMES

De nombreuses jeunes filles craignent que leur éducation ne soit interrompue ou que les études ne soient pour elles une source de honte et ne leur apportent pas la confiance dont elles ont besoin. Priez pour qu'elles aient la possibilité de continuer à apprendre sous le nouveau régime.



Scannez pour suivre la campagne

## PRIEZ

### POUR LES CHRÉTIENS SECRETS

Priez pour la protection des chrétiens qui ont été dénoncés aux talibans et pour ceux qui risquent d'être tués pour « apostasie ». Priez pour les chrétiens qui ont été kidnappés et pour ceux qui ont disparu, afin que leurs proches puissent les retrouver.



Scannez pour suivre la campagne

## PRIEZ

### POUR CEUX QUI CHERCHENT LA VÉRITÉ

Priez pour qu'à l'intérieur et à l'extérieur de l'Afghanistan, ceux qui cherchent la vérité trouvent Jésus. Priez pour qu'à l'arrivée d'une vague de demandeurs d'asile dans de nouveaux pays du monde, l'Église puisse les entourer avec l'amour et la vérité de Jésus-Christ.



Scannez pour suivre la campagne



## ABONNEZ-VOUS À LA CAMPAGNE.

## RECEVEZ UN SUJET PAR JOUR DANS VOTRE BOITE E-MAIL



Scannez le QR code pour accéder  
au site de la campagne.

## PRIEZ

### POUR LA SITUATION ALIMENTAIRE ET ÉCONOMIQUE

Le Programme alimentaire mondial craint qu'en raison de la sécheresse et de la situation économique désastreuse, 14 millions de personnes soient touchées par la famine. Demandez au Seigneur de fournir de la nourriture à la population afghane.



Scannez pour suivre la campagne

## PRIEZ

### POUR LES MALADES

L'Organisation mondiale de la santé affirme que tous les efforts face à l'épidémie de Covid se sont arrêtés dans le pays, et que le système de santé est « au bord de l'effondrement ». Priez pour le système de santé et pour la guérison de tous ceux qui sont malades.



Scannez pour suivre la campagne

## PRIEZ

### POUR NOS PARTENAIRES DE TERRAIN ET NOS VOLONTAIRES

Nos partenaires travaillent 24 heures sur 24 pour rencontrer les réfugiés et les chrétiens. Priez pour que la paix de Dieu remplisse leurs cœurs, que l'amour de Dieu déborde de leurs paroles et de leurs actions alors qu'ils s'occupent des réfugiés en se tenant directement à leurs côtés.



Scannez pour suivre la campagne

## PRIEZ

### POUR QU'IL N'Y AIT PLUS D'ATTAQUES TERRORISTES

Deux explosions près de l'aéroport ont tué plus de 60 habitants et 13 soldats américains l'année dernière. Ces attaques ont été revendiquées par l'État islamique. Demandez au Seigneur de mettre un terme aux plans des groupes extrémistes.



Scannez pour suivre la campagne

## PRIEZ

### POUR LES TALIBANS

Les nouveaux responsables politiques regroupent des fondamentalistes islamiques connus, ainsi qu'un terroriste recherché par le FBI. Priez pour que Dieu se révèle pleinement à ces dirigeants durant des rêves et des visions.



Scannez pour suivre la campagne





RECETTES

# KABULI PALAW

Pour  
8 pers.

Préparation  
50 min.

Cuisson  
55 min.



## INGRÉDIENTS

### Riz

- 800 g de riz basmati
- 3 l d'eau
- 40 g de sel

### Poulet

- 5 cuisses de poulet
- 3 oignons
- 120 ml d'huile
- 225 ml bouillon de poule
- 2 cuillères à café de cumin
- 1,5 cuillère à café de cardamome
- 0,5 cuillère à café de poivre

### Mélange de carottes

- 3 grandes carottes
- 180 ml d'eau
- 200 g de raisins secs
- 50 g d'amandes effilées
- 3 cuillères à café de sucre
- 2 cuillères à café d'huile

Préchauffez le four à 260 °C.

Lavez et égouttez le riz, réservez.

Hachez les oignons puis faites-les revenir à feu vif dans l'huile, en remuant rapidement, jusqu'à ce qu'ils deviennent bruns (5-10 min).

Ajoutez le poulet dans la poêle et saupoudrez-le de sel. Faites cuire le poulet à feu moyen-élevé pendant 6 min, en le retournant de temps en temps pour que tous les côtés soient dorés. Les oignons devraient commencer à caraméliser et se transformer en une sauce épaisse.

Ajoutez 60 ml de bouillon de poule, et continuez à remuer pour éviter que le poulet ne brûle.

Une fois le liquide absorbé, ajoutez encore 60 ml de bouillon et portez à ébullition.

Couvrez d'un couvercle et laissez mijoter pendant 10 min.

Pendant ce temps, coupez les carottes en longs bâtonnets épais d'environ 10 cm de long et 3 cm d'épaisseur.

Portez 180 ml d'eau à ébullition, ajoutez les carottes et faites-les cuire jusqu'à ce qu'elles soient tendres et prennent une teinte orange intense, 5 à 7 min. Veillez à ne pas trop les cuire.

Une fois cuites, égouttez les carottes mais laissez-les sur le feu en ajoutant rapidement 2 cuillères à soupe d'huile, les raisins secs, les amandes et le sucre.

Remuez rapidement à feu moyen-élevé pendant environ 3 min. Les raisins secs auront l'air dodus et les carottes prendront une saveur sucrée.

Retirez du feu et emballez les carottes dans un petit sachet d'aluminium scellé.

Retirez les morceaux de poulet du bouillon et mettez-les de côté. Incorporez le cumin, la cardamome et le poivre noir au bouillon. Continuez à faire cuire à feu doux pendant 5 min. pour permettre au bouillon de s'épaissir.

Dans une grande marmite, portez l'eau et le sel à ébullition. Ajoutez le riz et faites-le bouillir jusqu'à ce qu'il soit al dente. Il faudra le goûter pour vérifier. Attention à ne pas trop le cuire.

Égouttez le riz puis remettez-le dans la marmite. Ajoutez la sauce du poulet. Remuez bien. Disposez les morceaux de poulet sur le riz. Placez le paquet de carottes en aluminium sur le riz. Cela permettra de garder les carottes au chaud et de renforcer les saveurs sans les mélanger au riz.

Faites cuire le riz pendant 15 min à 260°C. Baissez à 120°C et laissez cuire encore 20 min.

Disposez les morceaux de poulet sur un grand plat, couvrez-les avec le riz. Parsemez les carottes, les raisins secs et les amandes sur le riz.

Servez avec une salade simple.

# BORANI BANJAN

Pour  
8 pers.

Préparation  
20 min.

Cuisson  
40 min.



## INGRÉDIENTS

- 4 petites aubergines
- 300 ml d'huile végétale
- 4 gousses d'ail écrasées
- 2 poivrons verts, coupés dans le sens de la longueur
- 3 tomates hachées
- 2 tomates coupées en rondelles (1 cm d'épaisseur)
- 1 oignon jaune coupé en rondelles (1 cm d'épaisseur)
- 2 cuillères à soupe de concentré de tomate
- 0,5 cuillère à café de curcuma
- 1 cuillère à café de sel

### Sauce de yaourt à l'ail

- 240 ml de yaourt
- 2 gousses d'ail
- 0,5 cuillère à café de sel

Pelez les aubergines et coupez-les en deux horizontalement.

Découpez chaque moitié verticalement pour obtenir des tranches d'environ 1 cm d'épaisseur.

Faites chauffer l'huile dans une poêle.

Lorsque l'huile est chaude, ajoutez délicatement quelques tranches d'aubergines. Faites-les cuire jusqu'à ce qu'elles soient dorées, environ 2 à 3 min par côté. Transférez les aubergines frites dans une passoire placée au-dessus d'un bol pour permettre à l'excès d'huile de s'écouler. Répétez l'opération jusqu'à ce que toutes les aubergines soient cuites.

Il devrait rester de l'huile dans la poêle après avoir fait frire les aubergines. Pour les étapes suivantes, nous aurons besoin d'environ 60 ml d'huile.

Réduisez la température à feu moyen. Ajoutez l'ail (attention car il peut éclater sous la chaleur). Tout en remuant, cuisez jusqu'à ce que l'ail soit parfumé et doré, environ 30 secondes.

Ajoutez le poivron vert, les tomates coupées en morceaux, le concentré de tomates, le curcuma et le sel. Remuez et cuisez pendant encore 1 à 2 min.

Baissez le feu à moyen-doux. Placez les tranches d'oignon sur la sauce en une seule couche. Placez ensuite la moitié de l'aubergine sur les oignons, puis les tranches de tomate, et terminez avec les tranches d'aubergine restantes.

Couvrez la poêle et laissez cuire environ 20 min. jusqu'à ce que les oignons soient tendres.

Pendant ce temps, préparez la sauce en combinant le yaourt, l'ail et le sel dans un petit bol.

Ajoutez un peu de sauce au yaourt au fond d'un plat de service. Ensuite, prenez le mélange d'aubergines, de tomates et d'oignons et transférez-le dans le plat.

Retirez les poivrons du fond du plat et placez-les joliment sur le dessus. Récupérez le reste de la sauce pour arroser le plat.

Terminez avec un autre filet de sauce au yaourt, de la menthe séchée et du paprika en poudre pour la garniture. Servez avec du pain et dégustez !

# FERNI AFGHAN

**Pour** 8 pers.    **Préparation** 10 min.    **Cuisson** 15 min.

## INGRÉDIENTS

- Des pistaches pilées ou des amandes effilées
- 10 gousses de cardamome
- 170 g de sucre
- 80 g de maïzena
- 1,3 l de lait

Écrasez la cardamome et déposez la poudre dans une casserole avec le lait.

Portez le lait à ébullition et retirez dès qu'il commence à bouillir.

Laissez le lait infuser et filtrez pour enlever les morceaux de cardamome.

Diluez la maïzena avec un peu de lait jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de grumeaux.

Versez le sucre dans la casserole de lait et



Attention  
Préparez ce  
dessert la  
veille !

cuissez le tout en fouettant pour faire fondre le sucre.

Ajoutez la maïzena diluée dans le lait sucré et mélangez sans interruption jusqu'à ébullition et épaississement.

Versez la crème dans 8 coupes que vous laisserez refroidir avant de les mettre au frigo pendant quelques heures.

Saupoudrez de pistaches ou d'amandes hachées avant de servir.

# HALWA

**Pour** 8 pers.    **Préparation** 10 min.    **Cuisson** 5 min.



Mélangez le lait et l'eau dans une casserole.

Ajoutez le sucre, la cannelle, la vanille et le safran.

Portez à ébullition puis retirez du feu et couvrez.

Dans une autre casserole, faites fondre le beurre et dorez la semoule en la remuant.

## INGRÉDIENTS

- 400 g de semoule
- 90 cl de lait
- 50 cl d'eau
- 240 g de sucre
- 100 g d'amandes effilées
- 2 cuillères à café de cannelle en poudre
- 2 cuillères à café de vanille en poudre
- 4 pistils de safran
- 100 g de beurre

Versez le mélange de lait sur la semoule et cuisez 5 min en remuant.

Versez l'appareil dans un plat pour le laissez refroidir légèrement.

Faites griller les amandes sur une poêle chaude.

Saupoudrez le halwa d'amandes grillées.

Servez et dégustez tiède ou froid.

# ALLER PLUS LOIN

Pendant la soirée, proposez à vos convives d'approfondir leur engagement avec Portes Ouvertes.

## PRIER

La prière est un des principaux ministères de Portes Ouvertes. C'est elle qui soutient notre action et permet aux chrétiens persécutés de tenir ferme. Nous mettons à disposition plusieurs outils pour commencer à prier pour les chrétiens persécutés.

- Le Fil Rouge, email de prière hebdomadaire. Recevez-le chaque mercredi.
- Le magazine, 10 numéros par an avec un calendrier de prière mensuel.
- Prier pour les chrétiens afghans pendant 30 jours.

Retrouvez toutes les infos pour prier sur [www.portesouvertes.fr/prier](http://www.portesouvertes.fr/prier)



## S'ENGAGER

Si vous n'avez pas encore d'Antenne dans votre église, rejoignez une communauté de près de 400 bénévoles et soutenez l'Église persécutée en devenant Antenne de Portes Ouvertes dans votre Église locale. Votre mission : partager et transmettre à votre assemblée les témoignages, les sujets de prière, les encouragements et les informations qui nous parviennent de l'Église persécutée. Vous bénirez les chrétiens persécutés en portant leur voix, et vous serez vous-même encouragé de voir comment Dieu agit puissamment aux côtés de son Église.

Plus d'infos sur [www.portesouvertes.fr/antennes](http://www.portesouvertes.fr/antennes)

## DONNER

Votre don nous permettra de continuer à œuvrer en faveur des chrétiens persécutés dans les pays les plus fermés à l'Évangile. Dans ces pays, nos frères et sœurs en Christ font face à une très forte persécution. Ils sont discriminés, rejetés et confrontés à une violence extrême. Leur vie peut être mise en péril s'ils refusent de renier leur foi. Merci pour votre soutien.

Plus d'infos sur [www.portesouvertes.fr/don](http://www.portesouvertes.fr/don)

## SUIVEZ PORTES OUVERTES SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

 [portesouvertesfrance](https://www.facebook.com/portesouvertesfrance)

 [Portes Ouvertes France](https://www.youtube.com/PortesOuvertesFrance)

 [portesouvertes](https://www.instagram.com/portesouvertes)



# PROJET TERRAIN

## Fournir des bibles aux chrétiens des « pays secrets »

Alors que ces chrétiens passent par l'épreuve du feu de la persécution, votre soutien permet de leur fournir des bibles dans leur propre langue, afin de les aider à tenir bon.

Il est des pays dont nous devons taire le nom. On les appelle les « pays secrets ». Si les autorités savaient que nous y sommes présents, cela mettrait notre action et notre réseau en danger.

Dans ces pays, nos frères et sœurs en Christ font face à une très forte persécution. Ils sont discriminés, rejetés et confrontés à une violence extrême. Leur vie peut être mise en péril s'ils refusent de renier leur foi.

Comme la lettre de Pierre a encouragé les chrétiens persécutés d'Asie Mineure de l'époque, la lecture de la Bible encourage aujourd'hui encore ceux qui souffrent pour leur foi chrétienne. Elle leur donne l'espoir et leur rappelle l'assurance de leur salut à venir. Leur foi est renforcée par la Parole de Dieu.

Aujourd'hui, ensemble, nous pouvons aider les chrétiens de ces pays secrets en leur procurant des bibles et de la littérature chrétienne dans leur propre langue.

### PAR EXEMPLE :



Avec 10 €, vous offrez à un chrétien une bible dans sa propre langue et un accès à la Parole de Dieu.



Avec 65 €, vous contribuez à fournir le matériel nécessaire à des chrétiens persécutés qui partagent malgré tout la Bonne Nouvelle de l'Évangile.



Avec 100 €, vous participez à l'approvisionnement en littérature chrétienne de librairies d'églises et permettez de rendre l'Écriture accessible.

**En leur nom, nous vous remercions pour votre soutien.**

*Pour des raisons de législation, Portes Ouvertes ne pourra pas fournir de reçu fiscal pour les dons versés à ces projets.*



**<< Savoir que je suis la bien-aimée de Dieu me rappelle que peu importe ce que l'on me fait, l'Église ne m'oubliera pas, car Jésus ne m'oubliera pas. >>**

Said Farishteh, chrétienne vivant  
en Afghanistan avant l'arrivée des talibans.



**Portes Ouvertes**  
Au service des **chrétiens** persécutés

**Portes Ouvertes France & Belgique**  
BP 20105 - 67541 Ostwald Cedex

[contact@portesouvertes.fr](mailto:contact@portesouvertes.fr)  
[www.portesouvertes.fr](http://www.portesouvertes.fr)