

Le taioro

Ingrédients

- 2 cocos secs,
- 1 râpe à coco,
- 1 pierre basaltique,
- 1 tissu

Instructions

- Râper les 4 cocos dans un récipient à couvercle puis réserver,
- Retirer et jeter l'estomac des têtes de chevrettes, bien écraser celle ci. Mettre le tout dans un filtre et tremper dans le bol d'eau. Mélanger de sorte que le jus reste au maximum dans le
- Verser le jus dans le récipient qui contient le coco râpé (important, faire en sorte d'arroser l'ensemble du coco râpé) puis fermer le récipient et réserver