



Version du 02 / 03 / 2023

La bouillie BAMiSA est une "**Bouillie Concentrée Liquéfiée**" (BCL). C'est une bouillie composée ou enrichie, de haute valeur protéino-énergétique et de faible viscosité.

Comme la farine BAMiSA, elle se compose d'une céréale, (petit mil ou maïs), de deux légumineuses grasses, (soja et arachide), de sucre et de sel iodé.

Elle se prépare en mettant "**beaucoup de farine et pas beaucoup d'eau**". Après une brève cuisson, elle devient très épaisse. L'ajout d'une amylase naturelle (AN); alors qu'elle est encore chaude, provoque sa **liquéfaction**.

La formule "1 + 2 + 3" résume son mode de préparation
1 pour un volume de farine, 2 pour deux volumes d'eau, 3 pour trois pincées d'AN.

La liquéfaction permet de surmonter l'effet bourrant des bouillies traditionnelles (Dietary Bulk). Sa consommation est alors complète et rapide. De plus, la dégradation des amidons facilite sa digestion.

Comme le lait maternel est riche en amylase naturelle, la mère peut, pour son enfant, remplacer les pincées d'amylase naturelle de malt ou de patate douce par un peu de son lait. Elle peut aussi mouiller la cuillère de sa salive avant de mélanger la bouillie.

La **liquéfaction** évite la **catastrophique dilution** des bouillies avec de l'eau.

Valeur nutritionnelle de la Bouillie BAMiSA

Par définition, "un bol de bouillie BAMiSA" contient **60 g** de farine pour un volume de **200 ml**, soit une **concentration** en matières sèches (MS) de 30%, c'est à dire trois à quatre fois plus de MS que dans les bouillies ordinaires.

La valeur calorique d'un bol de bouillie BAMiSA est d'environ 250 kcal.

Deux bouillies BAMiSA apportent une ration de 500 kcal. (soit l'équivalent d'1 sachet d'ATPE)

Protides ≥ 4,5 g	Fer 3 mg	Phosphore 78 mg
Lipides ≥ 3,3 g	Zinc 1,8 mg	Magnésium 33 mg
Glucides 19 g ± 1 g	Calcium 30 mg	Cuivre 17 mg
Valeur calorique : ≥ 125 kcal / 100 ml (523 kJoules/100 ml)		

Valeur nutritionnelle attendue de 100 ml de bouillie BAMiSA liquéfiée ou non liquéfiée.

Bénéficiaires de la Bouillie BAMiSA :

Les jeunes enfants

- A partir de six mois, en complément de l'allaitement maternel, une BCL BAMiSA par jour contribue à **prévenir la malnutrition**.
- Dès quatre mois en cas de déficit irréversible de lait maternel et pour les enfants orphelins, une BCL BAMiSA par jour peut être donnée en complément d'une alimentation lactée.
- La BCL BAMiSA est à utiliser jusqu'à ce que l'enfant soit capable de satisfaire tous ses besoins nutritionnels avec l'alimentation familiale traditionnelle.

Les enfants malnutris

- Les enfants souffrant de malnutrition modérée (MAM), ou en relais de la phase 1 du traitement de la malnutrition sévère (MAS) ont besoin de 2 à 3 BCL BAMiSA en plus de leur alimentation habituelle. Un complément minéralo-vitaminique (CMV) doit être associé.

Les grands enfants et les adultes

- Prévoir deux ou 3 bouillies pour les adultes malades et dénutris (maladies chroniques, séropositivité, chirurgie, personnes âgées). La forme BCL est indiquée si difficultés de déglutition.
- Une bouillie par jour peut être utile pour les enfants d'âge scolaire, les femmes enceintes ou allaitantes. La forme concentrée non liquéfiée est alors utilisée.

La bouillie BAMiSA peut être "fortifiée" par du jus de fruit, des feuilles de moringa oleifera, de la spiruline, de l'huile de palme rouge ou par l'ajout de micronutriments.

La Recette de la BOUILLIE BAMiSA

Version du 02 03 2023

La bouillie BAMiSA est une Bouillies Concentrées Liquéfiées (BCL),
Elle met en œuvre trois principes :

1° **Le contrôle des proportions eau / farine :**

Mélange de « 1 volume de farine pour 2 volumes d'eau »,
Soit, pour un bol de de bouillie : « 60 g de farine et 200 ml d'eau ».

2° **Une cuisson brève**

Les céréales et légumineuses ont été précuites lors de leur grillage. La cuisson d'une à deux minutes, jusqu'à ce que la bouillie devienne épaisse, est suffisante. L'ébullition "stérilise" la bouillie.

3° **La liquéfaction amylasique de la bouillie**

Les « 3 pincées » d'amylase naturelle, mélangées progressivement à la bouillie chaude, provoquent sa liquéfaction. Le lait maternel ou des traces de salive maternelle, l'un et l'autre riche en amylases, provoquent aussi une liquéfaction rapide.

La "Recette 1 + 2 + 3"

1 volume de farine + 2 volumes d'eau
+ 3 pincées de malt.

- 1° Dans un bol, délayer 1 verre de farine et 1 verre d'eau.
- 2° Dans une casserole, faire bouillir 1 autre verre d'eau.
- 3° Dans l'eau bouillante, verser la farine délayée.
- 4° Chauffer en mélangeant.
La bouillie devient épaisse.
- 5° Cuire quelques minutes à feu doux, en mélangeant.
- 6° Retirer du feu et surtout **ne pas ajouter d'eau.**
- 7° Pour liquéfier sans diluer, mélanger 3 pincées d'amylase naturelle à la bouillie chaude. Grâce à l'amylase, **la bouillie devient liquide.**

Si la bouillie concentrée liquéfiée n'est pas consommée rapidement, la rebouillir 1 à 2 minutes.

- 8° Il est conseillé d'ajouter des "vitamines", (Jus de fruit, de tomate, moringa, spiruline...) et un peu d'huile (de palme rouge ou autre).

Texte et dessins figurant sur les sachets normalisés de farine BAMiSA®

La BCL peut aussi être préparée directement à partir des ingrédients de bases.

Voir Document 05h, Planche pédagogique n° 2