



Les plats principaux

Tortillas d'agneau en sauce yoghourt

Pour 4 personnes.

Ingrédients

450 grammes de filet d'agneau
8 jeunes oignons (coupés gros)
200 grammes de feuilles de salade (jeune)
2 citrons verts (le jus et l'épluchure râpée)
8 tortillas
2 carottes (râpées)
poudre de paprika
coriandre (moulue)
poivre
sel

Pour la sauce

1 décilitre de yaourt
1/2 concombre (en petits morceaux)
2 jeunes oignons (en fins anneaux)
pincer poivre de cayenne
1 cuillère à café de feuilles de menthe (hachées)

Méthode de préparation

Mélangez ensemble tous les ingrédients pour la sauce. Coupez le filet d'agneau en fines tranches. Épicez avec poivre, sel, paprika et coriandre et cuisez au wok 6-7 minutes.

Ajoutez la carotte, les jeunes oignons et le jus et l'épluchure de citron vert. Cuisez encore 1 minutes en remuant. Retirez du feu et mélangez-y les feuilles de laitue. Répartissez la viande et les légumes sur les tortillas et versez dessus la sauce yoghourt.

