



Les plats principaux

Tajine avec grenailles

Pour 4 personnes.

Ingrédients

2 cuillères à soupe huile de tournesol
4 pilons de poulet
300 grammes de pommes de terre grenaille
150 grammes de pois sugar snap
1 oignon (haché fin)
1 gousse d'ail (écrasée)
1 citron (confit, en quartiers)
20 olives (noires)
1 fil de safran (touffette)
2 cuillères à soupe de coriandre (hachée finement)
1 cuillère à soupe de coriandre (pour décorer)
2 cuillères à soupe de persil (haché finement)
2 cuillères à café de gingembre en poudre
1 cuillère à café de cumin
400 millilitres de bouillon de poulet
huile d'olive
poivre
sel

Méthode de préparation

Lavez les grenailles et coupez-les en deux. Rôtissez les cuisses de poulet bien dorées sur tous les côtés dans de l'huile d'olive puis salez et poivrez.

Mettez l'huile de tournesol dans un tajine ou une poêle en fonte et étuvez l'oignon avec l'ail et le citron pendant quelques minutes. Ajoutez les grenailles et les pois sugar snap et cuisez le tout. Assaisonnez avec les fils de safran, la coriandre, le persil, le gingembre, le cumin, du poivre et du sel. Déposez dedans les cuisses de poulet, ajoutez les olives et versez le bouillon. Faites cuire couvert pendant 30 minutes.

Terminez le tajine avec la coriandre fraîche.

Conseil: Les sugar snap restent croquants et bien verts, même après la cuisson !

Ustensiles de cuisine

Tajine

