



Les plats principaux

Tajine met ui en lam

Pour 4 personnes.

Ingrédients

3 cuillères à soupe d'huile d'olive
500 grammes de viande d'agneau (en dés)
3 oignons jaunes (gros, coupés en 8)
1 gousse d'ail (pressée)
2 1/2 centimètres de racine de gingembre (finement hachée)
400 grammes de tomates (en conserve)
6 décilitres de bouillon de poulet
25 grammes d'amandes (grillées)
25 grammes de raisins
poignée coriandre (grossièrement ciselée)
couscous (préparé)
1/2 bâton de cannelle
6 fil de safran

Méthode de préparation

Préchauffez le four à 190 °. Faites dorer la viande dans 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Sortez-la ensuite de la casserole et faites doucement revenir les oignons et l'ail dans l'huile d'olive restante pendant une dizaine de minutes.

Ajoutez le gingembre et poursuivez la cuisson pendant 1 minute. Ajoutez ensuite la cannelle, le safran, les tomates et le bouillon. Portez à ébullition, puis ajoutez la viande.

Transvasez la préparation dans le tajine et enfournez celui-ci pendant 60-90 minutes jusqu'à ce que la viande soit bien tendre. Servez avec du couscous et parsemez d'amandes, de raisins secs et de coriandre.

