

Bon appétit !

© Tous droits réservés - Brin d'herbe



Tajine d'Agneau aux épices

Ingrédients

Une épaule d'Agneau coupée en morceaux

12 abricots secs

600gr de pommes de terre (on peut aussi ajouter des patates douces, des carottes etc...)

1 c à café de graines de carvi et de cumin en poudre

Du curcuma, de la coriandre moulue et un peu de piment en poudre

100 gr d'amandes entières

3c à s de miel

50 cl de thé

5 cl d'huile d'olive

sel et poivre du moulin

Recette

Mélanger tous les épices dans un bol.

Saisir les morceaux d'agneau 5 mn dans une cocotte.

Une fois dorés, ajouter les épices et le miel.

Mélanger le tout pour bien enrober les morceaux et laissez caraméliser.

Saler et poivrer, versez le thé sur la viande.

Couvrir et laisser cuire 30 mn en remuant souvent. Ajouter les pommes de terre couvrir à nouveau cuire 15 mn.

Puis ajouter les amandes et les abricots, cuire encore 15 mn jusqu' à ce que la viande soit bien confite et le jus réduit.