

TAJINE D'AGNEAU AUX PRUNEAUX



Pour 6 personnes

Ingrédients :

500 g de pruneaux

500 g d'oignons

huile d'olive

1,5 kg d'épaule d'agneau coupée en morceaux

2 gousses d'ail

1/2 cuillère à café de cannelle

1/2 cuillère à café de gingembre

1 dosette de safran

quelques grains de coriandre écrasés

100 g amandes émondées

3 cuillères à soupe de miel

semoule de couscous

Faire revenir les oignons émincés dans une cocotte avec de l'huile d'olive. Quand ils sont dorés, les retirer et les remplacer par la viande.

Une fois les morceaux bien dorés, remettre les oignons dans la cocotte.

Saler et poivrer. Ajouter l'ail écrasé, la cannelle, le gingembre, le safran et les grains de coriandre.

Recouvrir d'eau et cuire 1 heure à feu doux couvercle ouvert. Pendant ce temps, faire revenir les amandes à sec ou avec du beurre dans une poêle.

Puis ajouter les pruneaux et poursuivre la cuisson 20 minutes à couvert.

Enfin ajouter les amandes et le miel à la viande et laisser cuire encore 5 minutes sans couvrir.

Servir avec de la semoule de couscous.

Marie-Laure Pilorge / 19janvier 2023