

Sauté d'agneau aux olives et citrons confits

Préparation 20 mn

Cuisson 40 mn

Les ingrédients pour 6 personnes :

1,2 kg d'agneau coupé en cubes (je prends de l'épaule désossée ou du gigot)

2 oignons rouges (j'en mets 3)

200 g d'olives (je mets des violettes et des vertes)

2 gousses d'ail

1 piment rouge frais

1 citron confit (j'en mets 2 car quand on aime on ne compte pas)

500 g de semoule à couscous

15 cl de bouillon de volaille (j'en ai mis plus par nécessité, environ 30 cl)

3 c à s d'huile d'olive

50 g de beurre

1 feuille de laurier

2 clous de girofle

1 c à c de paprika (j'en mets plus)

Oter le pédoncule du piment et l'émincer. Pour ma part je retire les graines qui sont très piquantes;

J'utilise des citrons confits au sel, aussi je les rince et je retire la pulpe. Je ne conserve que l'écorce que je taille en grosse lamelles.

Peler et émincer les oignons. Les faire revenir à l'huile dans une cocotte jusqu'à légère coloration. Ajouter les cubes d'agneau et faire colorer une dizaine de minutes en remuant de temps en temps.

Assaisonner de sel, poivre et paprika. Ajouter le piment, l'ail haché, les citrons confits, les clous de girofle et le laurier. Verser le bouillon, couvrir et cuire 40 mn. Ajouter les olives 10 mn avant la fin de la cuisson.

J'ai cuit la viande un peu plus longtemps , car je ne la trouvais pas assez moelleuse. Il a donc fallu que je rajoute un peu de bouillon. A vous de voir donc, suivant la cuisson. Je vous conseille quand même de surveiller la quantité de liquide pendant la cuisson. De plus le liquide servira de sauce pour la semoule, pour qu'elle ne soit pas trop sèche. Préparer la semoule selon les indications du paquet et incorporer le beurre en mélangeant à la fourchette pour qu'elle s'égrenne bien. Servir l'agneau avec la semoule et décorer éventuellement de persil et lamelles d'oignon rouge.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>