

Tajine de poulet aux figues et aux courgettes

Préparation : 30 mn |

Cuisson : 120 mn |

Difficulté : Facile

Pour 4 personnes

- x 8 pilons de poulet
 - x 1 paquet de figues moelleuses séchées
 - x 1 poignée d'amandes émondées (ou pignons de pin ou tout autre oléagineux présent sous la main)
 - x 3 courgettes
 - x 4 CS de ras-el-hanout
 - x 2 gros oignons
 - x 1 cs de miel (facultatif)
1. Faire dorer le poulet avec un peu d'huile dans un tajine (ou un faitout). Ajouter les oignons émincés en fines rondelles.
 2. Délayer au fouet les 4 cs de ras-el-hanout dans un bol d'eau (si besoin, rajouter des épices) et les ajouter de telle manière que l'eau doit affleurer les pilons. Rajouter les figues coupées en 4, les amandes et le miel.
 3. Faire cuire à feu très doux pendant 1H30.
 4. Rajouter par la suite les courgettes en rondelles. Remettre à chauffer et quand le jus commence à faire des remous, refermez et laissez cuire 30 mn.
 5. Servir avec de la semoule.