

Tajine d'agneau aux coings et aux gombos



d'après "Le grand livre de la cuisine marocaine" de Fatema Hal

Pour 4 personnes:

De l'agneau pour 4 (*épaule, sauté, collet... soit environ 1kg sans os, 1.5kg avec os*)

100g beurre

1 bâton de cannelle

1 ccafé gingembre en poudre

1/2 ccafé safran (*2 dosettes de poudre pour moi*) ou une dizaine de filaments

1 oignon

1 ccafé sel

1kg de coings (*je me contente personnellement d'1/2 coing par personne, ce qui fait donc 2 coings pour 4*)

1 csoupe miel

1 ccafé cannelle en poudre

500g gombos

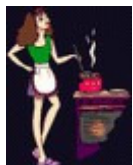
environ 1 litre de bouillon de volaille (*reconstitué pour moi*)

Déposer la viande coupée en morceaux dans une cocotte avec le beurre, le bâton de cannelle, le gingembre, le safran et l'oignon émincé. Couvrir de bouillon de volaille et cuire à feu doux environ 1 heure.

Quand la viande est cuite, la sortir et la réserver. Jeter le bâton de cannelle. Partager les coings en 4, ôter le coeur et les pépins, les mettre dans la cocotte avec le miel et la cannelle en poudre, ajouter éventuellement un peu d'eau (*je n'ai pas eu besoin d'en mettre*), mélanger délicatement et cuire à feu moyen jusqu'à ce qu'ils soient presque tendres (*ça prend entre 10 et 20 minutes selon la taille*).

Sans attendre, couper le trognon des gombos puis les couper en rondelles directement au dessus de la casserole. Remettre la viande dans la casserole. Mélanger. Tout sera cuit au bout des 10 à 20 minutes.





Lacath, <http://lacath.canalblog.com>