

# Tajine d'agneau – vs. Max Pruneaux et amandes



Le plat à tajine du Maroc pour  
1H de cuisson à feu moyen



Le service : agneau,  
pruneaux et amandes

**Ingrédients** – Convives : 4 – Préparation : 10 min – Cuisson : 1H



400g d'épaule ou selle



2 verres de pruneaux



1 verre d'amandes



4 càs d'huile. d'olive



1 oignon ciselé



1 càc Raz El Hanout



1 dose de safran



1 càc de gingembre

## Préparation

1. Verser 3 càs d'huile d'olive dans le plat posé sur feu moyen.
2. Faire dorer les amandes dans le plat. Réserver.
3. Faire dorer 5 min par face, les dés d'agneau.
4. Baisser le feu et placer les pruneaux et les amandes sur la viande.
5. Saupoudrer de gingembre, 1 càc de Raz El Hanout, poivre et sel suivant goût.
6. Rajouter 1 verre d'eau, saupoudrer d'une dose de safran.
7. Couvrir, remplir d'eau le godet du couvercle, cuire sur feu doux environ 1H.
8. Piquer la viande pour voir si elle est tendre.
9. Servir chaud avec du couscous ou du riz blanc, accompagné du jus de tajine.

\* \* \* 22 avril 2022 \* \* \*