

Tajine de poulet au safran - Maroc

Médallions de poulet, épices, herbes



Poulet dans le tajine en inox (New !)



Le service, avec tagliatelles

Ingrédients – Convives : 2 – Préparation : 15 min – Cuisson : 1 H



400g Médallions de poulet



1 càc de coriandre



2 doses de safran



1 càs de gingembre



2 doses de cannelle



1 càc curcuma



1 oignon ciselé



4 càs H. d'olive



50g de beurre



Pointe de sel

Préparation

1. Débiter le poulet en gros morceaux, les piquer avec un couteau pointu. Réserver.
2. Eplucher et ciseler l'oignon. Réserver.
3. Dans le tajine, mettre le beurre et l'huile, faire fondre à feu doux, environ 3 min.
4. Dorer l'oignon 3 min.
5. Poser dessus coriandre, cannelle, puis étaler les morceaux de dés de poulet.
6. Rajouter ½ verre d'eau. Saupoudrer de gingembre, curcuma et safran.
7. Cuire le tout 1H à feu doux, jusqu'à ce que le poulet soit tendre. Vérifier avec un couteau.
8. Servir avec du riz ou des tagliatelles ou du couscous.

Nota : Mon tajine en terre cuite ayant fissuré sur le gaz, j'ai ici testé un tajine en inox, dia 13 cm !

* * * 08 juillet 2023 * * *