

Souris d'agneau pour couscous

Une version simplifiée du couscous



Les 2 souris cuites, 1 heure en cocotte



L'assiette finale

Ingrédients – Convives : 2 – Préparation : 30 min – Cuisson : 2H30 en tout



2 souris



1 laurier



1 càs de cumin



6 càs huile olive



4 càs fond veau

Préparation

NDLR : Il est d'usage chez Paulux d'offrir une souris par convive en plus du poulet et des merguez. Ici, il s'agit d'un résumé pour un couscous complet avec les souris d'agneau.

1. Le poulet et les merguez
2. Dans une cocotte avec 3 càs d'huile d'olive, faire dorer le poulet puis les merguez, réserver.
3. Les souris d'agneau
4. Mettre les souris dans la cocotte et les dorer sur toutes leurs faces. Réserver.
5. Les légumes
6. Les faire revenir dans la cocotte, en rajoutant les légumes émincés grossièrement, toutes les 10 min, dans l'ordre : Navets, carottes, poivrons, courgettes, tomates en dés. Réserver.
7. Remettre les souris dans la cocotte
8. Les saupoudrer de 4 càs de fond de veau, 1 feuille de laurier, 1 càs de cumin entier.
9. Couvrir d'eau et laisser mijoter à feu doux environ 1H à petite ébullition.
10. Piquer la viande, elle doit être tendre, sinon prolonger.
11. Le couscous
12. Aller à la rubrique « Plats régionaux » puis « Maghreb » puis « couscous » et cuire à la façon traditionnelle Afrique du Nord.
13. Le tout
14. Dans la cocotte, rajouter les pois chiches (rincés) en bocal, le poulet, l'ail et les légumes.
15. Laisser mijoter à feu doux.
16. Option Maroc : Rajouter une boîte de petits pois.
17. Option chaleur : 1 càc de piment d'Espelette ou de l'huile d'olive pimentée « maison »
18. Désosser les souris d'agneau, les mettre dans un plat avec le poulet et les merguez.
19. Servir le tout bien chaud.

* * * 6 octobre 2020 * * *