

Tajine d'agneau aux fruits secs et pignons de pin, carottes fondantes

Pour 6 personnes

Préparation : 10 min

Cuisson : 30 min



Ingrédients

- 1 épaule d'agneau désossée (1.2 kg environ)
- 10 tomates cerise
- 1 oignon
- 10 g de ras el hanout
- 3 abricots secs
- 3 figues sèches
- 3 pruneaux
- 10 g de pignons de pin
- 10 g de raisins sec
- 1 botte de carotte fane
- 20 g de beurre
- 20 g de sucre
- Sel de Madlon, poivre de Pondichéry, poivre du moulin
- Huile d'olive

Préparation

- 1- Eplucher l'oignon et le ciseler en petits dés. Tailler en petits dés les figues et les abricots secs. Retirer les pédoncules des tomates et les couper en quatre.
- 2- Tailler l'épaule d'agneau en cubes de 50 grs environ.
- 3- Dans une cocotte faire colorer avec un filet d'huile d'olive les morceaux d'épaule d'agneau pendant 5 à 6 minutes. Une fois colorés, ajouter l'oignon et assaisonner de sel de Maldon, faire suer et ajouter les fruits secs. Ajouter les épices et l'assaisonnement (sel et poivre). Ajouter les tomates et de l'eau à mi-hauteur de la cocotte. Couvrir et laisser cuire 25 à 30 minutes.
- 4- Eplucher et tailler en biseaux de 2~3mm les carottes. Dans un récipient de cuisson large, mettre les carottes, un morceau de beurre, le poivre de Pondichéry, saler et sucrer et ajouter de l'eau jusqu'à mi-hauteur, cuire jusqu'à complète évaporation de l'eau.

Servir l'agneau avec sa garniture et le jus ainsi que les carottes fondantes.

Servez ce plat accompagné d'un Château La Rame, Cadillac Côtes de Bordeaux Rouge.