

Tajine d'agneau aux coings

Pour 4 personnes

15 minutes de préparation - 1h de cuisson

Ingrédients

1kg d'épaule d'agneau désossé
1kg de coings
Huile d'olive
1 grosse cuillère à soupe de miel
1 cuillère à soupe de cannelle
1 cuillère à soupe de gingembre en poudre
3 gousses d'ail
2 oignons
1 demi-bouquet de persil
½ litre de Bouillon de légumes environ
Sel, poivre



Préparation

Coupez la viande en dés de 4 cm. Faites-les revenir dans l'huile d'olive suffisamment longtemps pour qu'ils soient bien dorés sur chaque face. Retirez du feu.

Rajoutez dans le jus de cuisson de la viande, les coings préalablement lavés, brossés et épépinés avec le miel, les oignons hachés et les épices. Laissez fondre à feu doux pendant environ 15 minutes pour faire confire les coings. (Le temps de cuisson dépend de la variété du coing) Ajoutez un peu d'eau si l'ensemble commence à accrocher.

Une fois les coings cuits, ajoutez la viande, l'ail et le bouillon à hauteur. Laissez frémir à découvert pendant environ 1h. Surveillez les coings afin d'éviter qu'ils ne se décomposent.

Servez ce plat avec de la semoule cuite au beurre.