



Poulet

Tajine de poulet au citron confit



1h20 **25 min** **55 min** **0** **591**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation du tajine

- 1 Eplucher et émincer les oignons à l'aide d'un couteau éminceur.
- 2 Eplucher le gingembre et le râper.
- 3 Découper le poulet en morceaux à l'aide d'un couteau d'office. L'assaisonner de sel et de poivre.
- 4 Il est possible de retirer la peau du poulet, le plat sera moins gras.
- 5 On peut utiliser des cuisses ou des pilons de poulet à la place d'un poulet entier.
- 6 Rincer les citrons confits, enlever la chair de la moitié des citrons et couper leur écorce en morceaux. Couper l'autre moitié des citrons en deux.
- 7 Porter une casserole d'eau à ébullition, plonger les olives pendant 5 minutes pour les blanchir.
- 8 Cette opération permet de les dessaler.
- 9 Rincer, sécher et effeuiller la coriandre.

Étape 2

Préparation et cuisson du tagine

Faire chauffer une cocotte avec l'huile d'olive. mettre le

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la tajine

1.2 kg **Poulet(s)**
2 **Citron(s) confit(s) au sel**
15 **Olives vertes**
2 **Oignon(s)**
3 c. à soupe **Huile d'olive**
1 c. à soupe **Gingembre frais**
2 pincée(s) **Safran**
1 verre(s) **Eau**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

1 botte(s) **Coriandre**

- 1 poulet et le faire revenir pendant 10 minutes.
- 2 Ajouter les oignons, le safran, le gingembre et l'eau.
- 3 Laisser cuire sur feu doux pendant 30 minutes en remuant de temps en temps.
- 4 Ajouter un petit peu d'eau en cours de cuisson si la préparation est trop sèche.
- 5 Ajouter les olives, les citrons, leur chair et leur écorce en morceaux. Poursuivre la cuisson pendant 15 minutes.

Étape 3

Dressage

- 1 Disposer les morceaux de poulet au centre d'un plat.
- 2 Répartir les citrons tout autour, décorer avec de la coriandre et servir.