



Agneau

Tajine d'agneau aux poires



2h10 **20 min** **1h50** **0** **569**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le tajine d'agneau aux poires

750 g **Epaule(s) d'agneau**
1 **Oignon(s)**
30 g **Beurre doux**
3 c. à soupe **Huile d'olive**
1 c. à café **Cannelle en
poudre**
0.5 c. à café **Safran**
0.5 c. à café **Curcuma**
1 c. à soupe **Sucre
semoule**
1 **Sel**
1 verre(s) **Eau**
2 **Poire**

Étape 1

Préparation

- 1 Couper la viande d'agneau en morceaux de taille moyenne, les réserver.
- 2 Mettre le beurre et l'huile dans une tajine (ou dans une cocotte) et faire fondre le beurre à feu moyen.
- 3 Ajouter les morceaux d'agneau. Les faire dorer pendant 20 minutes sur toutes leurs faces, en remuant de temps en temps.
- 4 Entre temps, éplucher et émincer les oignons. Au bout des 20 minutes, les ajouter à la viande.
- 5 Saler la viande, ajouter la cannelle, la curcuma, le safran et l'eau.
- 6 Baisser le feu et laisser mijoter la viande à couvert pendant 1 heure, en remuant de temps en temps.
- 7 Au bout d'une heure ajouter le sucre, continuer la cuisson pendant encore 10 minutes.
- 8 Entre temps, éplucher les poires et les couper en quartiers.
- 9 Ajouter les quartiers de poire à la viande, couvrir et faire cuire le tout pendant 20 minutes.

Étape 2

Dressage

- 1 Réserver au chaud avant de servir. Dresser sur des assiettes de service et servir bien chaud.