

FICHE RECETTE

Tajine de souris d'agneau

au confit d'oignons, poires, pruneaux et raisins

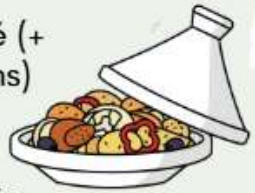






INGREDIENTS 2 Personnes

2 souris d'agneau
2 poires
1 poignée de raisins secs blonds
1 dizaine de pruneaux dénoyautés
1 citron
2 Cuillères à soupe de confit d'oigon
1 cuillère à café de sirop fleur de sureau.
10 cl de vin blanc sec et fruité (+ un peu pour tremper les raisins)
1 cuillère à café de cannelle
Huile d'olive
Fleur de sel - Poivre au moulin



ÉTAPES

- Verser le confit d'oignons dans un récipient ou le réaliser maison.
- Faire tremper les raisins dans de l'eau, 5 cl de vin blanc et une cuillère à café de sirop de sureau
- Ajouter dans un plat tajine ou cocotte avec couvercle, un filet d'huile et faire revenir la souris qui doit griller un peu de chaque côté.
- Ajouter ensuite le confit d'oignon
- Ajouter le vin blanc et un peu d'eau. Fermer la cocotte et laisser cuire 15 minutes
- Au bout des 15 minutes, égoutter les raisins et les ajouter. Mélanger et cuire à nouveau 15 minutes
- Au bout de la première 1/2 heure de cuisson, ajouter la cannelle et les pruneaux. Saler et poivrer
- Ajouter un peu d'eau, il doit y avoir du liquide pour que la viande cuise mieux.
- Poursuivre la cuisson pendant 1 heure, vérifier la quantité de liquide assez souvent et ajouter un peu d'eau lorsque nécessaire et remuer. Eplucher les poires, retirer le coeur et les pépins et arroser de citron pour ne pas qu'elles noircissent
- Au bout d'une heure 1/2, ajouter les poires, rectifier la sauce en ajoutant un peu d'eau et poursuivre la cuisson encore une demie heure.
- Cuire la semoule selon les indications du paquet.
- Servir un lit de semoule cuite dans des assiettes creuses, ajouter poires, pruneaux et raisin et verser le reste de sauce dans un bol.
- **Une souris d'agneau, c'est en Tajine qu'elle est le meilleure! !**