

## Le tajine

.....

Le tajine est une marmite traditionnelle du Maghreb utilisé pour les plats cuits à l'étouffée (tajine signifie poêle à frire). La terre cuite est idéale pour les cuissons lentes ; elle met du temps à absorber la chaleur mais la retient ensuite longtemps. Grâce à sa forme conique, une grande partie de la vapeur se condense dans le couvercle du tajine et retombe ensuite dans le plat. Les ingrédients cuisent ainsi dans leur propre jus avec un minimum de matière grasse.

### Mode d'emploi

- Le tajine peut être utilisé sur une cuisinière à gaz (utilisez un diffuseur de chaleur), électrique ou vitro-céramique, dans la plupart des fours et à l'extérieur sur un feu au charbon ou au bois. Évitez les brusques changements de température (par exemple, ne pas passer du réfrigérateur au four ou du four à l'eau froide).
- Le principe de base de la cuisson dans un plat à tajine est simple : coupez tous les ingrédients en gros morceaux. Versez un peu d'huile dans le plat à tajine et faites-le chauffer à feu doux sur un diffuseur de chaleur. Dès que le plat est chaud, mettez-y tous les ingrédients en couches successives. Commencez par la viande (il est conseillé de la précuire à la poêle), puis les légumes (en mettant les légumes qui ont une plus longue durée de cuisson au milieu) et terminez par les épices. Mettez le couvercle et laissez mijoter à feu doux (pendant 30 à 60 minutes). Mélangez de temps en temps.
- Posez un tajine chaud toujours sur un sous-plat.

### Avant la première utilisation

Afin d'éviter que la terre cuite ne se fende à haute température :

- Faites tremper le plat à tajine dans de l'eau pendant 24 heures. Si vous ne l'utilisez pas souvent, il est conseillé de le faire tremper pendant une heure avant chaque utilisation.
- Enduisez l'intérieur du tajine (plat et couvercle) d'huile de tournesol. Ensuite, faites chauffer le tajine à feu doux pendant une heure. La terre cuite absorbera l'huile et le tajine est à présent prêt pour de nombreuses utilisations.

### Entretien

Nettoyez le plat à tajine à la main avec un peu de produit de vaisselle et de l'eau chaude. Utilisez une brosse non-métallique et ne laissez pas tremper le plat dans l'eau. Laissez bien sécher le plat pour éviter l'apparition de moisissures.

# Tajine d'agneau

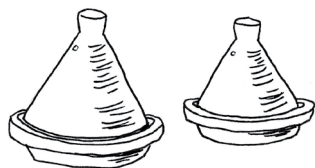
.....

## Pour 4 personnes

- ½ c. à c. de gingembre en poudre
- ½ c. à c. de poivre noir moulu
- ½ c. à c. de poudre de safran ou pistils de safran
- ½ c. à c. de cumin en poudre
- 1 c. à c. de Ras el hanout (mélange marocain d'épices)
- ½ c. à c. de cannelle en poudre
- 1 cube de bouillon (de poule ou d'agneau)
- 1 kg d'agneau (de préférence avec os) coupé en gros morceaux
- 1 oignon haché
- 1 gousse d'ail pressée
- 4 c. à s. d'huile d'olive
- sel, poivre du moulin
- un bouquet de persil, haché
- un bouquet de coriandre, hachée

pour la garniture:

- 1 c. à c. de cannelle en poudre
- 100 g d'amandes blanches
- 1 c. à s. d'huile de tournesol
- 10 pruneaux dénoyautés
- 4 c. à s. de sucre de canne



- Faites chauffer le plat à tajine à feu doux.
- Mélangez les épices, le safran, l'huile, le sel, le poivre, le persil, 2/3 de la coriandre hachée, l'oignon et l'ail à la viande. Emiettez le cube de bouillon sur la viande et mélangez.
- Disposez la viande dans le plat à tajine, portez lentement à ébullition et laissez mijoter pendant environ 1 heure à feu doux et à couvert.
- Mélangez de temps en temps. Le temps de cuisson dépendra de la viande. Au bout d'une heure, vérifiez si la viande est suffisamment cuite. Si nécessaire, laissez mijoter encore un peu.
- Faites griller les amandes dans une poêle dans un peu d'huile de tournesol jusqu'à ce qu'elles soient légèrement dorées et brillantes. Egouttez-les sur du papier absorbant.
- Mettez les pruneaux dans une petite casserole avec un fond d'eau, ajoutez le sucre et la cannelle. Portez à ébullition et laissez caraméliser doucement.
- Avant de servir, disposez les pruneaux entre les morceaux de viande et parsemez d'amandes et du reste de la coriandre hachée. Servez dans le plat à tajine.

Vous trouverez toutes les épices pour réaliser ce délicieux tajine chez Dille & Kamille.

Pour plus d'informations et des recettes, visitez notre site web : [www.dille-kamille.com](http://www.dille-kamille.com)



#dillekamille