

N°557



À TABLE!

LES BONNES RECETTES DE NICOLAS



V I A N D E

Tagine d'agneau aux coings

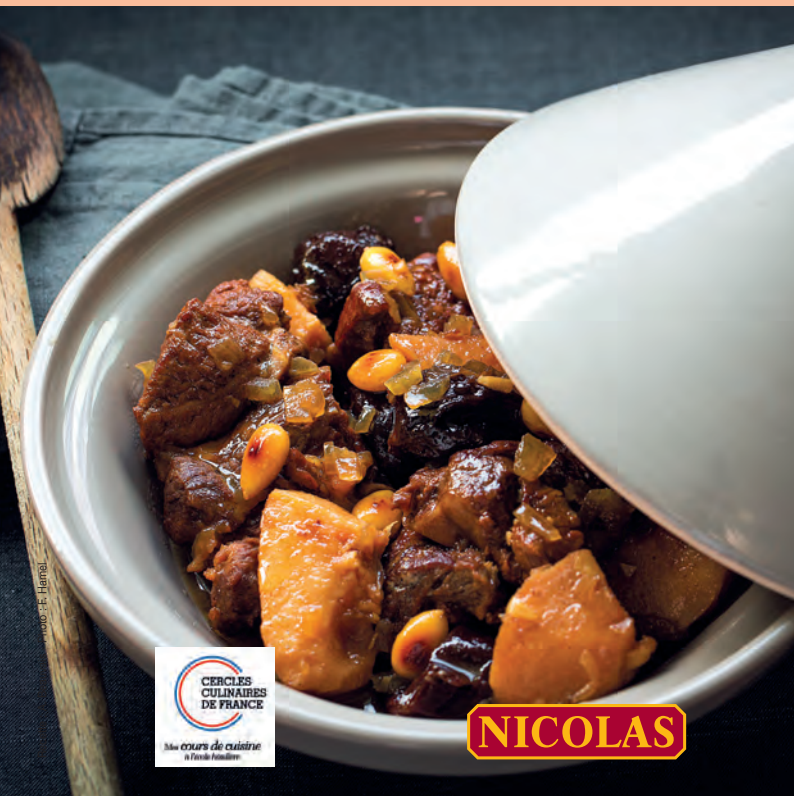


photo : F. Hamel



NICOLAS

Ingrédients pour 4 personnes :

3 gousses d'ail | 1 oignon | 30 g d'amandes mondées | 2 coings | 1 sachet de thé |
80 g de pruneaux | 10 cl de beurre clarifié | 2 cuil. à café rase de paprika |
1 cuil. à café rase de quatre-épices | 800 g de gigot d'agneau (en morceaux) | 1 filet d'huile |
10 g de beurre | 1 l de bouillon de volaille | sel | poivre du moulin

Pour le caramel vinaigré :

5 cl de vinaigre de cidre | 100 g de sucre | 20 cl d'eau

Eplucher, dégermer, laver et **hacher** l'ail.

Eplucher, laver et **hacher** l'oignon. **Torréfier** les amandes dans une poêle. **Pour le**

caramel vinaigré : Dans une casserole, **faire** un caramel à sec en cuisant le sucre jusqu'à ce qu'il prenne une couleur brune. **Ajouter** le vinaigre et l'eau. **Porter** à ébullition. **Eplucher** et **enlever** les pépins des coings. Les **couper** en quartiers. Les **ajouter** au caramel vinaigré.

Faire réduire à feu doux pendant 20 minutes.

Déposer le sachet de thé dans un verre d'eau. **Laisser infuser, retirer** le sachet et y **plonger** les pruneaux afin de les **réhydrater**. **Egoutter, réserver**. Dans un saladier, **verser** le beurre clarifié, **ajouter** le paprika, le

quatre épices, l'ail et l'oignon. **Assaisonner et mélanger**. Y **déposer** les morceaux d'agneau. Faire **mariner** 1 heure. **Préchauffer** le four à 170 °C (th. 6). Dans une poêle, **faire chauffer** l'huile et le beurre. Y **faire revenir** les morceaux d'agneau égouttés, puis **mouiller** avec la moitié du bouillon de volaille. **Enfourner et cuire** 1 h 30 (**vérifier** régulièrement la cuisson : la viande doit toujours être recouverte de bouillon, en **ajouter** au fur et à mesure de la cuisson). 20 minutes avant la fin de la cuisson **ajouter** les pruneaux, les amandes, les coings et leur jus. **Transvaser** dans le tajine. **Déguster** !



Le conseil de votre caviste :

Domaine Villemajou Corbières Boutenac 2012

- Nez : Arômes de fruits rouges rôtis, de framboise et de menthol.
- Bouche : Caractère marqué par les épices.

Pourquoi cette alliance ?

Un joli mariage ensoleillé et savoureux : les épices d'orient de ce tajine seront sublimés par les arômes mentholés et de fruits rôtis de ce vin.

Et aussi : Pommard,

Pierre André 2012



Retrouvez toutes les recettes des
Cercles Culinaires de France sur
www.cercleculinaire.com

Pour découvrir les épisodes de « la minute du Caviste » flashez ce QR code.

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.