

2 ou



Préparation: 10 mn

Cuisson: 1 h

Difficulté: Facile

Coût: Raisonnable

Ingrédients pour 6 personnes:

- 1 kg d'agneau (collier, côte, souris, épaule)
- 500 g de petits oignons blancs (oignon grelot)
- 130 g de miel liquide
- 6 navets
- 4 courgettes
- 1 morceau de gingembre frais
- 1 pincée de safran en filaments
- 120 g d'olives violettes
- 1 bâton de cannelle
- 1 poignée d'amandes émondées
- 2 poignée de raisins secs
- 2 CS d'huile d'olive, sel, poivre

Recette:

Découper la viande en morceaux(gros cubes)

Peler les oignons (les faire tremper dans un bol d'eau froide pendant 20 minutes pour les peler plus facilement)

Faire dorer dans l'huile les morceaux d'agneau et 2 ou 3 oignons dans une cocotte

Ajouter les raisins, le miel, le gingembre râpé, la cannelle et le safran. Saler et poivrer

Mélanger et couvrir d'au froide

Couvrir et laisser mijoter 30 minutes.

Rajouter les oignons, les navets, les courgettes coupés en morceaux ainsi que les olives

Laisser à nouveau mijoter pendant 30 minutes.

Avant de servir parsemer le plat d'amandes grillées à sec.

Accompagner de couscous ou de pommes de terre.

