

TAJINE DE POULET

Recette proposée par Marcel Matussi



Préparation : 10 min - **Repos :** - - **Cuisson :** 35 min - **Matériel :** -

Ingédients : 4 personnes

- 600 g de filet de poulet - 1 oignon (50 g) - 1 échalote (30 g) - 3 gousses d'ail - 100 g d'abricots secs - 50 g d'amandes entières - 100 g d'olives vertes dites « cassées à lail » - 1 c.s. de concentré de tomate - 1 citron confit - 1/2 c.s. de ras el hanout - une pincée de gingembre en poudre - sel gros, huile d'olive

1. Couper la volaille en morceaux de 35 à 40 g. Couper les abricots et le citron confit en gros dés.
2. Éplucher l'ail, l'oignon et l'échalote puis les couper en morceaux. Les mettre dans la cuve avec de l'huile d'olive et les hacher en mode EXPERT vitesse 13 sans chauffer pour 30 secondes. Rabattre si nécessaire.
3. Étuver la garniture, toujours en mode EXPERT 3 minutes, vitesse 3 à 120 °C. Ajouter la volaille et la faire raidir 3 minutes à 120 °C vitesse 1A.
4. Mettre toute la garniture (citron, abricot, amandes, concentré de tomate, olives, ras el hanout, gingembre et un peu de sel. Lancer le programme MJOTAGE pour 25 minutes à 110 °C.
5. Rabattre les bords, si nécessaire, verser ½ verre d'eau et terminer la cuisson.
6. Servir saupoudré de coriandre hachée.

Les recettes des internautes ne sont pas retestées par Magimix.

Auteur : Marcel Matussi