

🔪 Difficulté : Facile ⏱ Temps de préparation : 5 min 🍳 Temps de cuisson : 50/60 min



## TAJINE D'AGNEAU AUX AMANDES, PRUNEAUX ET SEMOULE

Un tajine d'agneau fondant, mijoté doucement avec des épices, des pruneaux moelleux et des amandes dorées : un plat aux saveurs douces et chaleureuses.

- **L' Agneau** est sélectionné par Didier de la **Ferme du Cantal**, avec soin et respect, garantissant une viande tendre et pleine de saveurs.

### LES INGRÉDIENTS



**Epaule d'Agneau en morceaux**  
180 g



**Semoule**  
70grs



**Mélange d'épices à tajine**  
1/2 cuillère à café de chaque



**Pruneaux dénoyautés**  
6



**Oignon**  
1 petit



**Amandes effilées**  
1 cuillère à soupe

### LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



**Sel et poivre**  
selon votre goût



**Huile d'olive**



**Miel**  
1 cuillère à café



**Bouillon**  
80ml



**Beurre**



**Eau pour la semoule**  
70ml

### L'ÉQUIPEMENT

1 cocotte, 1 saladier,

### LES ÉTAPES

#### ÉTAPE 1

Emincé l'oignon Faites revenir l'oignon dans une petite cocotte avec l'huile et le beurre jusqu'à ce qu'il devienne translucide. Ajoutez l'agneau, faites-le dorer sur toutes les faces. Assaisonnez : sel, poivre, cannelle, ras el-hanout. Mélangez bien pour enrober la viande.

#### ÉTAPE 2

Versez l'eau ou le bouillon, couvrez et laissez mijoter à feu doux 40 à 45 minutes, jusqu'à ce que la viande soit bien tendre (rajoute un peu d'eau si besoin).

#### ÉTAPE 3

Ajoutez les pruneaux et le miel, puis laissez cuire encore 10 minutes à découvert pour que la sauce épaississe et se lie.

#### ÉTAPE 4

Faites griller les amandes à sec dans une poêle quelques instants, jusqu'à ce qu'elles soient dorées.

#### ÉTAPE 5

Mettez la semoule dans un bol avec le sel et l'huile. Versez l'eau bouillante, couvrez 5 min. Égrainez à la fourchette avant de servir.

#### ÉTAPE 6

Disposez la semoule dans une assiette, déposez l'agneau et sa sauce aux pruneaux par-dessus, puis parsemez d'amandes grillées.