

COMME UN COUSCOUS A L'AGNEAU



Facile Préparation: 15 mn Cuisson: 35 mn (30 + 1 + 4)

Pour 4 personnes:

Pour la viande: 12 ou 16 côtelettes d'agneau

Pour la sauce:

1 carotte + 1 très gros oignon

2 verres de vin rouge Béréna + 2 carrés de chocolat noir amer

Toutes les parures de la viande + 1/2 l de bouillon (maison ou reconstitué)

2 càc de Ras el hanout + sel et poivre

Pour la semoule:

1 verre de semoule + 2 poivrons rouges

2 petits oignons avec leur tige verte si possible + 3 càc de raisins secs blonds

1 càc d'huile d'olive + 1 càc de beurre + sel et poivre

La viande:

Désosser et dégraisser les côtes d'agneau pour ne garder que les noisettes. Réserver.

La sauce:

Dans une casserole à fond épais, avec la moitié de l'huile, faire caraméliser l'oignon émincé finement. Ajouter alors la carotte épluchée et coupée en petits dés (duxelle). Saupoudrer avec le ras el hanout et arroser avec le vin. Porter à ébullition, puis baisser le feu en ajoutant le chocolat et le bouillon. Laisser mijoter 20 minutes, filtrer avant de reporter à ébullition et laisser réduire jusqu'à l'obtention d'une sauce sirupeuse. Ajuster l'assaisonnement et réserver.

La semoule:

Emincer les oignons et leurs tiges, les faire fondre dans le reste de l'huile. Ajouter les poivrons coupés en petits dés et les faire revenir aussi. Poursuivre la cuisson (en ajoutant au besoin 1 ou 2 cuillerées d'eau) jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Saler et poivrer, réserver.

Faire gonfler les raisins dans un peu d'eau bouillante, les mélanger avec les poivrons. Réserver.

Porter 2 verres d'eau à ébullition. Saler et verser la semoule. Laisser gonfler en couvrant. Ajouter les légumes et les raisins réservés, bien mélanger en ajoutant la cuillerée à soupe de beurre.

Finition et dressage:

A la plancha ou dans une poêle antiadhésive bien chaude, snacker les noisettes d'agneau pour qu'elles soient saisies mais roses à l'intérieur (c'est très rapide), réchauffer la sauce quelques secondes.

Sur des assiettes chaudes, à l'aide d'un emporte-pièce, déposer de la semoule sur un côté de l'assiette, mettre quelques gouttes ou traits de sauce chocolat-épices avant de disposer l'agneau en éventail.