

Agneau aux épices

Marché :

1kg d'épaule d'agneau désossée

2c à s d'huile d'olive

3 oignons

4 yaourts brassés

sel et poivre.

Mélange d'épices : muscade, gingembre, cannelle, curcuma, cumin, coriandre, girofle, cardamome.(1c à café de chaque) Couper l'agneau en petits morceaux.

Émincer les oignons et l'ail.

Faire chauffer l'huile dans une cocotte et faire dorer les oignons émincés. Ajouter à cette préparation les épices, le sel, le poivre et laisser cuire quelques minutes.

Ensuite ajouter l'agneau, remuer. Ajouter les yaourts et l'ail. Remuer et ajouter un verre d'eau. Laisser mijoter à feu doux pendant 1 heure. Vérifier l'assaisonnement pendant la cuisson. Servir avec un riz basmati.