



Qu'est ce qu'on mange ce Chabat ?

TAJINE

Par Laurence Phitoussi – octobre 2020

Ingrédients:

- 1kg de noix de veau
- 3 courgettes
- 300g de pois chiche
- 2 gousses d'ail
- 2 citrons confits
- huile d'olive
- curcuma
- safran

Préparation :

- faire revenir l'ail dans l'huile
- rajouter le veau
- faire dorer pendant 10 min
- ajouter citrons confits
- faire revenir 5/10 min
- ajouter pois chiches
- cuire 15 min
- couper courgettes
- faire revenir 20 min
- ajouter curcuma et safran

Accompagnements proposés:

- riz
- graines de couscous
- pommes de terres