

Tajine de koftas au citron

Préparation : 40 mn

Cuisson : 45 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

1 c à s d'huile d'olive
1 c à s de beurre ou de ghee (beurre clarifié indien)
1 oignon grossièrement haché
2 ou 3 gousses d'ail coupées en 2 et pilées
2 ou 3 cm de gingembre frais pelé et finement haché
1 piment rouge finement émincé
2 c à c de curcuma en poudre
1 petit bouquet de coriandre grossièrement ciselée
1 petit bouquet de menthe ciselée
Le jus d'1 citron
1 citron non traité coupé en 4 à 6 quartiers et épépiné

Pour les koftas :

450 g de boeuf ou d'agneau haché
1 oignon finement haché ou râpé
1 petit bouquet de persil plat finement ciselé
1 ou 2 c à c de cannelle en poudre
1 c à c de coriandre en poudre
1 c à c de cumin en poudre
1/2 c à c de paprika en poudre ou de piment de Cayenne
Sel et poivre du moulin

Préparation des koftas :

Dans un saladier écraser la viande hachée avec le poing et la soulever de 2 mains pour la reposer d'un geste vif dans le saladier (ça défoule !!). Ajouter l'oignon, le persil, le cumin, la cannelle, la coriandre et le piment. Saler et poivrer et bien mélanger avec les mains puis pétrir délicatement la préparation quelques minutes. Façonner des boulettes de la taille d'une noix et les garder au réfrigérateur.

Préparation de la sauce :

Faire chauffer l'huile avec le beurre dans une cocotte ou un plat à tajine. Faire dorer l'oignon avec l'ail, le gingembre et le piment rouge. Ajouter le curcuma, la moitié de la coriandre et de la menthe. Verser 30 cl d'eau, porter à ébullition puis laisser frémir 10 mn à feu doux et à couvert.

Plonger ensuite délicatement les koftas dans la sauce et les faire pocher à couvert pendant 15 mn en les roulant de temps en temps pour qu'elles cuisent uniformément. Arroser du jus de citron, saler et ajouter les quartiers de citron autour des koftas. Prolonger la cuisson 10 mn. Parsemer le tajine du reste de coriandre et de menthe ciselées et servir aussitôt avec une salade verte ou du couscous au piment.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>