

LA RECETTE DE LA SERIE « REPAS DES FETES »

## Cuisine juive : le tajine aux pruneaux

---



### Ingrédients pour 4 personnes

800gr de navarin d'agneau  
1 oignon grand  
4 carottes  
150gr pruneaux dénoyautés  
150gr d'abricots secs  
4 cuillères à soupe de miel  
sel, paprika moyen, cumin  
2-3 cuillères à soupe d'huile



### Préparation

Faire revenir à la poêle les morceaux d'agneau avec l'huile et l'oignon finement coupé, pendant 15 minutes.

Ajouter 1 verre d'eau.

Ajouter les carottes grossièrement coupées, la moitié des pruneaux et des abricots secs.

Laisser mijoter à feu moyen une heure, tout en rajoutant un peu d'eau si nécessaire.

A la fin de la cuisson, ajouter l'autre moitié des pruneaux, des abricots et des cuillères de miel.

Bien mélanger le tout et laisser sur le feu encore 2-3 minutes.

Laisser un peu refroidir et servir avec de la semoule, du quinoa, du riz ou des salades.

Une recette proposée par Nadia, au centre de la communauté israélite de Lausanne.