

Tajine marocain de pintade aux pruneaux & amandes



Les ingrédients (pour 4 personnes)

- 1 pintade
- 100 gr d'amandes émondées (épluchées)
- 500 gr de pruneaux dénoyautés
- 1 kg de pomme de terre (charlotte)
- 2 oignons
- 3 gousses d'ail
- 1 bouillon cube de poule au pot
- 50 g de beurre
- huile d'olive
- sel & poivre

La préparation

1. Faire revenir la pintade coupée en huit morceaux dans une cocotte huilée. Réservez la pintade dans une assiette.
2. Faire dorer l'oignon coupé et ail haché dans les sucs de la pintade.
3. Remettre les morceaux de pintade, le cube délayé dans un verre d'eau, les pommes de terre épluchées coupées en quatre, les pruneaux, les amandes et salé poivré laisser cuire a feu doux $\frac{3}{4}$ heure environ.

Attention : ne pas trop salé le bouillon de cube étant lui même salé.

Pour la saveur maximale du palais accompagnez d'un Chinon rouge jeune.

La tradition

Le tajine est un plat en terre cuite surmonté d'un couvercle conique en terre.

Il est posé sur le « kanoune » foyer de braises.

Sa cuisson est lente et la méthode est dite « à l'étouffée ».

Si vous utilisez un vrai plat à Tajine sur le gaz, interposez une plaque de répartition de chaleur

Les variations

Les viandes : agneau gigot, côtelettes, épaule ou une volaille

Les légumes : la base la pomme de terre, puis à votre goût courgette, tomate, olives, figes, amandes, pruneaux, citrons confits, raisins ...

Omis avec les pruneaux utilisez du safran étamine et du « safran colorant » poudre.