

Souris d'agneau aux épices et citron confit



Pour 2-3 personnes

- 4 souris d'agneau désossées
- 1 oignon
- 2 cuillères à soupe de miel
- 1 cuillère à café de curcuma
- 1 cuillère à café de gingembre en poudre
- 1 cuillère à café de coriandre en poudre
- 1 citron confit
- 2 gousses d'ail
- 3 carottes

Préchauffer le four à 160°C.

Dans une cocotte qui va au four (type Le Creuset ou Staub), faire chauffer une cuillère d'huile neutre et faire revenir l'oignon émincé. Quand l'oignon commence à être moelleux, ajouter les épices en poudre et continuer à faire chauffer en mélangeant jusqu'à ce que les arômes se développent.

Ajouter ensuite les morceaux d'agneau et faire dorer la viande sur toutes les faces.

Mettre alors l'ail écrasé et le miel dans la cocotte, mélanger et couvrir d'eau, saler et poivrer.

Couvrir et enfourner pour deux heures au moins : la viande doit être ultra fondante.

Lorsque la viande est bien cuite, ajouter les carottes épluchées et coupées en gros tronçons ainsi que le citron confit coupé en 4.

Laisser cuire jusqu'à ce que les carottes soient cuites. Servir avec une purée, du couscous ou, pourquoi pas, des pâtes fraîches. Moi, j'avais fait une purée de pois chiches à la crème mais entre nous, c'est une vraie chienlit à faire et le temps passé ne vaut pas le goût, donc je vous épargne la recette.