

Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

TAJINE DE MERGUEZ AUX OLIVES DE KALAMATA D'EDDA

Pour 4 personnes :

8 saucisses merguez – 800g tomates en boîte pelées - 16 olives noires (type Kalamata) – 10 feuilles de persil plat hachées fnt + un peu pour servir - 8 feuilles de coriandre fraîche ou de thym ou de marjolaine pour servir - 1 oignon fnt ciselé (ou haché) - 2 gousses d'ail pressées (ou hachées) - 1 piment oiseau - épices : 1 càc cumin, 2 càc coriandre en poudre - 1 càc paprika - 1pée gingembre en poudre - 6 càs huile d'olive vierge extra - sel -

Dans une cocotte à fond épais (ou un tajine), faire revenir l'huile avec l'oignon et l'ail. Dès qu'ils commencent à colorer ajouter les épices et les faire torréfier légèrement (on doit sentir le parfum) sans les brûler. Ajouter ensuite les tomates (grossièrement coupées au couteau dans la boîte) et leur jus, le persil, le piment coupé en deux et laisser mijoter pendant 15 min à feu moyen/doux (la sauce doit épaissir un peu mais tout en restant fluide et rouge clair).

Pendant ce temps, couper les merguez en morceaux de 2 cm et rincer les olives.

Les ajouter à la sauce et laisser cuire encore 10 min, le temps que la viande cuise (conseil d'Edda : on peut aussi pour une cuisson plus longue, ajouter la viande avant dans la sauce). Laisser reposer 5 minutes, saler si besoin et ajouter le reste d' herbes. Servir chaud.

Graine de couscous :

Pour 4 personnes :

350g de semoule moyenne – 1 càc sel – 40cl d'eau chaude – 2càs d'huile d'olive – 20g beurre coupé en petits dés -

Déposer la semoule dans un saladier. Mélanger le sel à l'eau chaude. Verser sur la graine de couscous en mélangeant avec soin. Laisser reposer 10min et avec les doigts, brasser le couscous en incorporant l'huile d'olive (pour éviter qu'elle colle). Verser le couscous dans un plat à four creux (genre plat à pie), disposer le beurre dessus, couvrir de papier alu et faire cuire 20min à 200° (th.6-7).

Remuer avec les doigts au moment de servir.

Menus Propos © 2007

<http://menuspropos.canalblog.com/>

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr