



Poulet aux amandes Et pruneaux façon tajine

Recette pour 4 personnes

1 Ingrédients :

8 hauts de cuisse de poulet (le tout environ 750 g) ; 300 g d'oignons doux ; 2 gousses d'ail ; 150 g de pruneaux dénoyautés ; 50 g d'amandes entières ; 2 cuillères à soupe d'huile d'olive ; 25 cl de bouillon de volaille ; ½ cuillère à café de curcuma en poudre ; ½ cuillère à café de cannelle moulue ; 1 cuillère à café de gingembre moulu ; 2 petits citrons confits découpés en cubes ; sel et poivre ; coriandre ciselée.

2 Opérations :

- Mélanger les épices avec 2 pincées de sel et de poivre.
- Frotter les morceaux de poulet avec la moitié de ce mélange.
- Éplucher les gousses d'ail, les écraser.
- Éplucher les oignons, les émincer.
- Dans une cocotte faire revenir dans l'huile d'olive à feu moyen pendant 5 minutes, l'ail et l'oignon avec le reste des épices.
- Ajouter les morceaux de poulet côté peau en dessous et cuire 10 minutes en remuant de temps en temps.
- Verser le bouillon, les amandes, les pruneaux, et les citrons confits.
- Couvrir et laisser mijoter 35 minutes sans soulever le couvercle.
- Vérifier la cuisson et l'assaisonnement et rajouter du temps de cuisson si nécessaire.
- Avant de servir, parsemer le plat de coriandre.

