

RAGOUT DE VIANDE AU CUMIN. BATATA BEL KAMOUN.



INGREDIENTS

- 1K pommes de terres coupées en gros morceaux
- 1 petite boîte de concentré de tomates
- 2 gousses d'ail
- Huile +ail+ 1 feuille de laurier+2 cuillères à café de cumin moulu+ un verre d'eau+ sel et poivre

Préparation.

- Faire revenir la viande ajoutez l'ail pour colorer
- ajouter l'eau, la tomate et les épices (sauf le cumin)
- laissez cuire un bon moment (style 2h)
- verifiez et rectifiez la hauteur de sauce.
- Quand vous voyez la viande s'attendrir (piquez le couteau):mettez les pommes de terres quand tout a l'air OK; mettez le cumin et remuez doucement. C'est fait (N'oubliez pas un petit piment à côté!)