

Cuisine - Microsoft Internet Explorer

Cuisine

TADJINE

[Version imprimable](#)

<p>Temps : 1h45 Préparation : 0h30 Cuisson : 1h15 Difficulté : Difficile Note sur 10 : 8 Origine : Tunisienne</p>	<p>Ingrédients pour 6 personnes :</p> <ul style="list-style-type: none">1 kg de bœuf (paleron ou jarret désossé)Haricots secs (lingots), 1 poignée par personne1 grosse boîte de sauce tomate3 gousses d'ail1 bouquet de coriandre1 pincée de cuminSel, poivreHarissaSucre
---	---

Préparation :

Faites tremper les haricots pendant 24h, la veille. Mettez la viande dans une cocotte. Ajoutez l'ail coupé en petits morceaux, la sauce tomate, 1 cuillerée à café de cumin, la coriandre hachée fin, 1/2 sucre. Rincez les haricots et mettez-les également. Salez et poivrez puis recouvrez le tout d'eau. Laissez cuire en cocotte minute pendant 75 minutes. Au moment de servir, rajoutez une cuillerée à café de cumin.

Notes :

Mangez ce plat accompagné de harissa. Ce plat est un plat typique du samedi chez les Tunisiens.

NOTEZ : 10 OK

POUR TOUT SAVOIR

Internet

Démarrer Feuj World - P... Traitement de t... Microsoft Word Cuisine - Mi... 16:43