Curry d'agneau

Recette de V-ZUG SA



Préparation	30 min
Temps de cuisson	2 h
Portions	4
Appareil	Combair-Steam SL à partir de 2015

Préparation

1 cs de beurre clarifié

800 g de ragoût d'agneau, p. ex. épaule

1 cc de sel

Poivre, du moulin

Faire chauffer le beurre clarifié dans la cocotte. Essuyer la viande et la faire frire en deux fois pendant 4 minutes à chaque fois. Assaisonner les morceaux de viande et réserver.

1 oignon, de grande taille

1 gousse d'ail

1 clou de girofle

1 tomate

1 feuille de laurier

1 cs de poudre de curry, fort, p. ex. de Madras

1 cs de poudre de curry, doux

1 dl de vin blanc, sec

1½ dl de bouillon de légumes

½ poire

½ pomme

½ banane

Eplucher l'oignon, le couper en deux et l'émincer. Eplucher la gousse d'ail, la couper en deux et retirer le germe. Laver la tomate et la couper en petits dés.

Laver la poire et la pomme, enlever les cœurs et râper grossièrement. Couper la banane en fines rondelles.

Faire chauffer un peu de beurre clarifié dans la cocotte. Faire revenir l'oignon à feu réduit. Ajouter l'ail, le clou de girofle, la tomate et le laurier, puis faire revenir le tout.

Ajouter les deux poudres de curry et déglacer avec le vin blanc. Porter brièvement à ébullition jusqu'à ce que le vin blanc soit évaporé.

Ajouter le bouillon et porter brièvement à ébullition. Ajouter les fruits et mélanger.

Ajouter l'agneau au curry dans la cocotte et bien mélanger le tout.

Déposer la cocotte avec son couvercle sur la grille dans l’espace de cuisson froid. Cuire.

Air chaud humide 150 °C pendant 2 h

Conseils

Accompagnement idéal: du riz Basmati et des pappadums (pain plat à base de farine de lentille, vendu dans les magasins d’alimentation).

Accessoires

Cocotte résistante au four, ø 26 cm

Grille

Informations complémentaires

Créée le	11.12.2019