

Le curry d'agneau de Tania Maria



Pour deux-trois personnes

- 400g environ de souris d'agneau désossée
- 1 cuillère à soupe de curcuma
- 1,5 cuillère à soupe de paprika
- 2 cuillères à soupe de coriandre moulue
- 1 cuillère à café de sel
- 6 gousses d'ail
- 2 cm de gingembre
- 1 cuillère à soupe de graines de cumin
- 2 cuillères à café de graines de fenugrec
- 1 cuillère à soupe de graines de moutarde
- 6 gousses de cardamome ouvertes (ou une demi cuillère à café de cardamome moulue)
- ¼ de bâton de cannelle
- 2 oignons
- 1 boîte de tomates pelées
- 1 cuillère à soupe de garam massala
- 1 yaourt nature
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 3 cuillères à soupe de coriandre fraîche ciselée (Monsieur P. pour moi)

Eplucher le gingembre et le couper en gros morceaux et le mixer avec les gousses d'ail épluchées, l'ail, le sel, les épices sauf la cannelle et le garam massala et environ 5 cl d'eau. Il faut obtenir une pâte aussi onctueuse que possible.

Déposer les morceaux de viande dans un saladier, verser la pâte d'épices dessus et bien mélanger. Couvrir et laisser mariner une heure.

Eplucher et émincer les oignons et les faire revenir dans une cocotte. Lorsque les oignons sont fondants, ajouter la viande et le mélange d'épices.

Faire dorer une dizaine de minutes, puis ajouter les tomates coupées en morceaux, le jus des tomates et environ 300 ml d'eau. Porter à ébullition, couvrir et enfourner pour au moins deux heures à 160°C. Au bout de deux heures, éteindre le four et laisser refroidir dedans.

Le lendemain, vérifier qu'il reste du liquide dans la marmite, si besoin rajouter un demi verre d'eau. Faire chauffer à feu doux, goûter et rectifier en sel si nécessaire. Ajouter le sucre et le yaourt, et mélanger, puis enfourner à nouveau à 160°C pour une heure.

A moment de servir, ajouter la coriandre, mélanger et servir de suite, avec un bon riz basmati.