

## Tajine multi-légumes au boeuf et à l'agneau



Plat **Facile**

**Pour** : 4 personnes

**Préparation** : 30 mn

**Cuisson** : 105 mn

*En mai cette année, il fait frisquet... Un mélange légumes d'hiver et printaniers vous réchauffera et vous offrira un soupçon de soleil.*

### Ingrédients

- 2 carottes
- 1 courgette
- 2 navets
- 2 branches de céleri
- 1 poivron vert
- 1 poivron rouge
- 1 poignée de pois gourmands
- quelques fèves
- 1 poignée de pois chiches
- 2 oignons
- 500 g de paleron
- 400 g de collier d'agneau
- 1 bol de bouillon de boeuf
- 1 poignée de raisins secs
- 1 cc d'4 épices et raz el hanout
- 1 pincée de piment de cayenne
- 2 branches de thym
- 3 feuilles de laurier
- sel
- poivre

### Préparation

- 1 Préparez tous vos légumes et taillez-les à peu près de la même taille. Préparez votre bouillon de boeuf : egrénez une tablette de bouillon, versez l'eau et faites réchauffer au micro-ondes. Versez vos raisins secs dans ce bouillon bien chaud, ils vont gonfler peu à peu. Epluchez vos deux oignons.
- 2 Préchauffez votre four à 180°C (th.6). Faites revenir vos oignons émincés dans 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Découpez votre tranche de paleron en dés de 2 cm et faites-les revenir de la même façon, puis ajoutez les tranches de collier d'agneau à dorer.
- 3 Vous pouvez faire revenir directement vos viandes dans votre tajine si vous avez un tajine adapté à l'induction. Sinon, faites revenir dans une poêle et versez dans le tajine. Salez, poivrez vos viandes, mettez la moitié des 4 épices et raz el hanout, 1 branche de thym et 1 feuille de laurier.
- 4 Versez ensuite vos dés de légumes sur les viandes. Salez et poivrez -les. Mettez l'autre moitié des 4 épices et raz el hanout. Ajoutez le piment de cayenne (attention au dosage), 1 branche de thym et 2 feuilles de laurier. Versez votre bol de bouillon avec les raisins secs sur l'ensemble.
- 5 Fermez le tajine avec son couvercle. Enfourez pendant 1h45 pour un viande moelleuse et des légumes fondants. Servez avec des graines de couscous aux épices douces.

Proposé par



**annie-claude**

La Plaisance est la plage de mon village en Charente maritime, un lieu encore préservé. Venez le découvrir sur mon blog "[plaisance17](#)". Vous pourrez y découvrir quelques-unes de mes recettes, toutes simples.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

