

Tajine aux fruits séchés

Une recette inspirée du site [Marmite et malice](#)



Shopping : pour 8 à 10 personnes

- 8 à 10 blancs de poulet
- 2 oignons
- 4 carottes
- 1 poignée de raisins blancs secs
- 8 à 10 figues sèches
- une dizaine d'abricots secs
- 2 cuillères à café de ras-el-hanout
- 1/2 cuillère à café de cannelle
- 1 bonne pincée de cumin
- 1/2 cuillère à café de curcuma
- 2 bouillons cubes de volaille
- 20 g de sucre
- 500 g de graines de couscous (grains moyens)
- eau
- 125 g de beurre
- huile d'olive et beurre
- sel, fleur de sel, poivre

-In process:

- Mettre un mélange de beurre et huile dans une cocotte, y faire dorer les blancs de poulet coupés en gros morceaux.
 - Enlever la viande, faire revenir les oignons épluchés et émincés, en compagnie des raisins.
 - Ajouter le sucre, laisser un peu caraméliser, puis ajouter les épices.
 - Pendant ce temps, couper les figues et les abricots en deux.
 - Remettre le poulet, ajouter de l'eau (la viande doit être presque recouverte, mais l'eau doit être en dessous du niveau de la viande, y dissoudre les bouillons cubes.)
 - Eplucher les carottes et les couper en gros tronçons, les ajouter dans le bouillon.
 - Porter à ébullition, fermer le plat, laisser mijoter deux heures à feu très doux.
 - Les ajouter au bouillon, poursuivre la cuisson 45 mn.
 - 10 à 15 min, avant la fin, allumer le four sur 180°, faire chauffer le plat à tajine, puis mettre la préparation dedans et laisser au chaud à 160° jusqu'au service.
-
- Dans un plat en verre, verser 40 à 50 g d'huile d'olive sur la semoule.
 - Assaisonner et mélanger soigneusement à la fourchette, aplanir la surface.
 - Faire bouillir une grande casserole d'eau.
 - Verser l'eau bouillante sur la semoule (environ 1 cm de plus que le niveau de la semoule), recouvrir d'une assiette et laisser gonfler pendant 5 minutes. (Garder l'eau qui reste dans la casserole).
 - Pendant ce temps, faire fondre le beurre dans une casserole.
 - Egrainer la semoule à la fourchette, ajouter le beurre et égrainer de nouveau Goûter et rajouter si besoin un peu d'eau chaude restante.
 - Régalez-vous !

N'hésitez pas à adapter les ingrédients et l'assaisonnement selon votre goût et ce que vous avez dans les placards/le frigo.