

Tajine tricolore à la Tunisienne

Le tajine tient son nom du plat de terre surmonté d'une cheminée dans lequel le ragoût de viande, de poisson ou de légumes va cuire longtemps jusqu'à s'imprégner des épices.

Pour 4 personnes

2 c à s de pistaches en poudre - une vingtaine de cerneaux de noix - sel et poivre.

La farce à la viande : - 300g de steak haché - 3 œufs - 1 petit oignon - 1 gousse d'ail - 30 g de fromage râpé - 2 c à s d'huile d'olive - 1 c à s d'épice pour tajine.

La farce aux épinards : 650 g d'épinards - 10 g de beurre - 1 gousse d'ail - 1 œuf + 2 jaunes - 30 g de fromage râpé.

La farce à la ricotta : - 250 g de ricotta - 30 g de fromage râpé - 3 blancs d'œufs.

Préparez la farce à la viande : faites blondir l'oignon et l'ail haché dans un peu d'huile d'olive, ajoutez la viande, les épices, salez et poivrez et faites revenir 5 min en défaisant la viande à la fourchette. Hors du feu, ajoutez le fromage et les œufs battus. Versez dans un plat rectangulaire (20 cm x 15 cm), huilé en tassant régulièrement.

Cuisez au four préchauffé à 180 ° 10 min environ.

Préparez la farce aux épinards : équeutez et lavez les épinards à grande eau et hachez-les grossièrement. Faites-les tomber dans le beurre avec l'ail pressé, du sel et du poivre.

Egouttez-les et pressez pour enlever le maximum de jus. Puis, mélangez les épinards, l'œuf, les jaunes et le fromage. Déposez sur la viande en tassant bien et enfournez 10 min.

Préparez la farce à la ricotta : mélangez dans un saladier la ricotta, le fromage râpé et les blancs d'œufs. Versez sur les épinards et lissez. Enfournez de nouveau 10 min.

Laissez tiédir et démoulez. Coupez en losanges, parsemez de pistaches et décorez de noix.

Les épices à tajine : cumin, cannelle, muscade, coriandre, clou de girofle, cardamome pour des notes sucrées et salées. Gingembre et coriandre pour plus de fraîcheur. Curcuma et paprika pour une touche colorée.

