

SECONDI PIATTI

Carne e prugne cotte con il tajine

LUOGO: *Africa / Marocco*

DOSI PER: *12 persone* DIFFICOLTÀ: *media* PREPARAZIONE: *30 min* COTTURA: *70 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *media*



INGREDIENTI

SPALLA DI AGNELLO oppure montone -
1,5 kg

PRUGNE SECCHHE 500 gr

MANDORLE fritte - 100 gr

CIPOLLE 2

CANNELLA stecche - 2

CANNELLA IN POLVERE 1 cucchiaio da
tavola

ZENZERO MACINATO 1 cucchiaio da tè

ZAFFERANO 1 bustina

SEMI DI SESAMO ½ tazze

ZUCCHERO 5 cucchiari da tavola

SALE 1 cucchiaio da tè

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 2
cucchiari da tavola

ACQUA 1 bicchiere

SPICCHIO DI AGLIO 2

PREPARAZIONE

- 1 In un contenitore mettete la carne tagliata a pezzi, aggiungete il sale, l'olio, le spezie, una cipolla a pezzetti e l'aglio, miscelate il tutto e lasciate marinare.



- 2 Unite l'acqua, incoperchiate e cuocete per 30 minuto a fuoco medio.



3 Trasferite 2 mestoli di salsa dal contenitore in una casseruola, usate questa salsa per cuocere le prugne.





4 Quando sono quasi pronte aggiungete 3 cucchiaini di zucchero e un cucchiaino di cannella e lasciate sobbollire.





5 Aggiungete alla carne la seconda cipolla tritata, cospargete con 2 cucchiari di zucchero e finite la cottura (30 minuti) mescolando frequentemente.





6 Friggete e scolate le mandorle e tostate leggermente i semi di sesamo in una casseruola.



7 Servite la carne e le prugne in un piatto, inaffiate con la salsa e decorate con le mandorle fritte ed il sesamo.

