

SECONDI PIATTI

# Lahm Lhalou

di: *Cookaround*

LUOGO: *Africa / Algeria*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *bassa*    PREPARAZIONE: *20 min*    COTTURA: *70 min*    COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



## INGREDIENTI

AGNELLO disossato e tagliato a cubetti di  
2 cm - 1 kg

CANNELLA 1 stecca

MANDORLE (bianche) - 0,33 tazze

PRUGNE SECCHE snocciate - 1,5 tazze

SUCCO D'ARANCIA 2 cucchiaini da tavola

ACQUA 1 tazza

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

ZUCCHERO 0,66 tazze

SALE ½ cucchiaini da tè

## PREPARAZIONE

**1** Cospargete di sale la carne di agnello, rosolatela in una casseruola di media capienza con

l'olio, metà alla volta, affinché risulti ben arrostita.



**2** Rimuovete la carne di agnello e conservatela.



**3** Aggiungete le mandorle, lo zucchero, la cannella, quindi mescolate bene, aggiungete l'acqua ed il succo d'arancia (o un liquore aromatizzato all'arancia).



4 Portate ad ebollizione mescolando costantemente.

Riunite l'agnello alla casseruola, coprite e fate sobbollire per un'ora o fino a quando l'agnello risulti tenero.



**5** Incorporate le prugne 15 minuti prima della fine della cottura.



**6** Rimuovete la cannella prima di servire.

Questo piatto fa normalmente parte di un pasto e viene servito sia con altre portate che come piatto principale servito con couscous.