

SECONDI PIATTI

# Tagine di agnello con prugne

---

LUOGO: *Africa / Egitto*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *molto bassa*    REPERIBILITÀ ALIMENTI: *molto facile*

---



1 cucchiaino di sale

$\frac{3}{4}$  cucchiaino di pepe nero macinato

$\frac{1}{2}$  cucchiaino di cannella macinata

$\frac{1}{2}$  cucchiaino di semi di coriandolo macinati

$\frac{1}{2}$  cucchiaino di pepe di cayenna

$\frac{1}{2}$  cucchiaino di pepe di Giamaica

$\frac{1}{4}$  cucchiaino di chiodi di garofano macinati

## PREPARAZIONE

**1** Ricoprite l'agnello con le cipolle grattugiate, il ras el hanout e sale e pepe. Lasciate marinare in frigorifero per un minimo di 30 minuti ed un massimo di 2 ore. Sciogliete 1 cucchiaino di burro in una padella ampia e a fondo spesso. Aggiungete la carne e fatela dorare leggermente da tutti i lati. Aggiungete lo zafferano, l'acqua e la stecca di cannella e portate ad ebollizione. Riducete il fuoco e lasciate sobbollire, a padella coperta, per 1  $\frac{1}{2}$  ore.

Lasciate raffreddare leggermente e rimuovete i fusi. Togliete la carne dalle ossa senza spezzettare troppo la carne ma cercando di mantenerla il più integra possibile, scartate il grasso, le cartilagini e le ossa. Condite con sale e pepe. Togliete il grasso dal liquido di cottura o mettete in frigorifero per una notte e rimuovete solo allora il grasso. Mettete la carne in frigorifero.

In una casseruola media scaldare 1 cucchiaino di burro e 1 di olio. Aggiungete le cipolle affettate e cospargete con lo zucchero, sale e pepe a piacere. Cuocete a fuoco medio-alto per 15 minuti facendo saltare o mescolando solo quando si sono dorate. Abbassate il fuoco e lasciate cuocere le cipolle fino a che siano molto morbide e dorate (circa 20 minuti).

Aggiungete la passata di pomodoro e il liquido di cottura dell'agnello e portate ad ebollizione. Aggiungete la carne, i ceci e i pezzi di zucca e lasciate sobbollire a casseruola coperta per 15 minuti. Rimuovete il coperchio, incorporate le prugne e fate sobbollire

fino a che non s'addensi (circa 15-20 minuti). Aggiustate il condimento.

Servite immediatamente con la salsa sarissa e pane pita o lavash.