

SOURIS D'AGNEAU À L'ORIENTALE

Juillet 2011 (Révisé en juin 2017)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 4 souris d'agneau
- ★ 3 citrons confits
- ★ 4 tomates allongées
- ★ 1 gros oignon paille
- ★ 100 g de dattes sèches
- ★ 2 gousses d'ail
- ★ 1 orange
- ★ 30 g de sucre en poudre
- ★ 1 tablette de bouillon de volaille
- ★ 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- ★ 1 pincée de gingembre en poudre
- ★ 1 branche de thym
- ★ 2 feuilles de laurier
- ★ 3 brins de persil plat
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Casserole, Plat à gratin, Bol, Presse-agrumes

Préparation : 10 mn

Préchauffage : 10 mn

Cuisson : 3h00

Difficulté : Assez facile

Coût (indicatif) : 27,50 € (soit 6,88 € par personne)



Recette :

Préchauffer le four à 120°C (Thermostat 4) pendant 10 minutes. Extraire le jus de l'orange dans un bol. Peler les gousses d'ail. Peler l'oignon et l'émincer. Faire chauffer 75 cl d'eau dans une casserole avec la tablette de bouillon jusqu'à dissolution, arrêter alors la cuisson, réserver. Placer les souris dans un plat à gratin en terre, les huiler sur toutes les faces, ajouter l'oignon émincé, l'ail, les tomates, arroser avec le bouillon de volaille, incorporer le thym, le laurier, le gingembre en poudre, saler, poivrer. Enfourner pour 2h30 en surveillant le niveau de liquide. Arroser les souris avec le jus d'orange, les saupoudrer de sucre. Remettre au four à 210°C (Thermostat 7) pour 30 minutes. 10 minutes avant la fin de la cuisson, ajouter les citrons confits coupés en quatre et les dattes. Présenter dans le plat de cuisson. Parsemer de persil ciselé au moment de servir. Accompagner de semoule moyenne aux raisins de Corinthe.

i La **souris d'agneau**, située à la partie inférieure du gigot (Bas de la cuisse), est un morceau goûteux et moelleux. On peut remplacer le persil par de la coriandre fraîche. On peut se procurer les *citrons confits* dans les épiceries orientales ou dans les rayons spécialisés des Grandes surfaces.

Boisson :

Un Gigondas servi à 16°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.