



# Torah-Box.com

j u d a ï s m e   e n t r e   f e m m e s

## TAJINE DE POULET AU CITRON ET AUX OLIVES

Pour 8-10 personnes   Temps de préparation : 20mn   Temps de Cuisson : 1h30   Difficulté : facile

### INGREDIENTS

- 1 gros oignon blanc émincé finement
- 2 gousses d'ail pressées
- 1 citron bio (prélevez-en le zest d'un côté et le jus de l'autre)
- 2 citrons beldi
- 1 cuillère à café rases de curcuma
- 2 cuillères à soupe de coriandre moulue
- 1 cuillère à café de paprika
- 1 cuillère à café de miel
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 boîte d'olives vertes dénoyautées, vérifiées et rincées
- 1 cuillère à café de maïzena délayée dans un peu d'eau
- 10 pièces de poulet avec la peau et les os
- Sel



## REALISATION

Cette recette est quasiment incontournable sur une table de Chabbath Marocaine... Essayer, c'est l'adopter...

Dans une sauteuse, faites revenir à feu doux l'huile d'olive ainsi que l'oignon émincé pendant 3mn le temps qu'il devienne un peu translucide. Ajoutez ensuite les épices, et mélangez bien les oignons pour que les saveurs se diffusent. Puis ajoutez-y les pièces de poulet et laissez-les dorer du côté peau avant de les retourner dans votre sauteuse. Ajoutez-y le zest de citron, le jus du citron, les olives vertes, les citrons beldi coupés en rondelles, salez, poivrez, et couvrez d'eau. Laissez mijoter 10mn sur feu moyen, puis ajoutez-y la maïzena délayée et le miel. Remuez les liquides pour que la maïzena soit bien répartie dans le jus de cuisson, et enfournez ensuite la sauteuse avec le couvercle pour 1h à 170C. Enlevez ensuite le couvercle et laissez dorer le tout 10mn dans le four encore chaud.

Ce plat est délicieux servi avec de la graine de couscous ou du riz.