

Tajine de Poulet aux Olives

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- POMME(S) DE TERRE	18 (grenailles)
- BLANC(S) DE POULET	1 kg
- OIGNON(S)	1
- CAROTTE(S)	3-4
- PETITS POIS	150g
- TOMATES CONCASSÉES	400g (1 boîte)
- BOUILLON DE POULE	350 ml (1 cube)
- RAS-EL-HANOUT (ÉPICES)	1 c à café
- PAPRIKA	1 c à café
- CURCUMA	1 c à café
- CUMIN EN POWDRE	1 c à café
- PERSIL	
- HUILE D'OLIVE	
- BEURRE DE CUISSON	
- OLIVE(S) VERTE(S)	120g
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Faites cuire les pommes de terre entières dans de l'eau bouillante salée. Egouttez puis épluchez-les en les laissant entière.
- Epluchez et émincez très finement l'oignon.
- Pelez et coupez les carottes en dés. Faites-les cuire 5 minutes au micro-onde sous un film alimentaire.
- Coupez le poulet en portions.
- Faites chauffer du beurre de cuisson dans le tajine. Lorsqu'il est fondu, ajoutez un peu d'huile et faites revenir les portions de poulet sur toutes les faces. Salez et poivrez.
- Intégrez l'oignon émincé et poursuivez la cuisson 3 minutes.
- Ajoutez ensuite les épices et les tomates concassées avec le bouillon de poule. Portez à ébullition puis baissez le feu.
- Intégrez alors les carottes précuites, les petits pois, les pommes de terre pelées et le persil. Poursuivez la cuisson 15-20 minutes.
- En fin de cuisson, ajoutez les olives vertes pour les 5 dernières minutes de cuisson.