

Spirelli et Agneau Façon Couscous

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 h 15 minutes

Ingrédients:

- Gigot d'Agneau	3 belles tranches
- Oignons	1
- Courgettes	1
- Carottes	2
- Ail en Poudre	
- Ras-El-Hanout (Épices)	
- Tomates Concassées	1 boîte
- Eau	½ boîte
- Pois Chiches	130g
- Spirelli (Pâtes)	300g
- Parmesan en Bloc	A râper fraîchement
- Sel	
- Poivre	

Recette:

- Pelez et coupez les carottes en rondelles. Faites-les cuire sous un film alimentaire au micro-onde pendant 4 min 30 sec.
- Emincez l'oignon finement.
- Coupez la courgette en dés.
- Taillez la viande en cubes.
- Faites revenir l'oignon et les dés de courgettes dans un grand wok avec du beurre chaud. Assaisonnez d'ail, sel et poivre. Réservez sur une assiette.
- Dans le même wok, saisissez les cubes de viande. Ajoutez un peu d'ail puis salez et poivrez.
- Remplacez alors les légumes sur la viande dans le wok puis saupoudrez de ras-el-hanout et mélangez le tout.
- Ajoutez alors les tomates concassées avec ½ boîte d'eau. Salez et poivrez.
- Laissez mijoter à couvert pendant 15 minutes.
- Ajoutez alors les pois chiches égouttés et rincés. Poursuivez la cuisson encore 10 minutes.
- Entre temps, faites cuire les pâtes dans une grande quantité d'eau bouillante salée. Egouttez (en réservant un peu d'eau de cuisson).
- Transvasez les pâtes dans le wok d'agneau à l'orientale et mélangez. Ajoutez un peu d'eau de cuisson des pâtes si nécessaire.
- Réchauffez doucement quelques minutes puis servez dans des assiettes creuses.
- Agrémentez avec un peu de parmesan fraîchement râpé.

