Mansaf jordanien, agneau à la sauce au yaourt et au riz

Le plat national de Jordanie : de l'agneau mijoté dans une sauce au yaourt salé, servi sur du riz jaune avec des amandes et des pignons.

6 personnes	20 min préparation	85 min cuisson	105 min au total	moyen niveau

Ingrédients

- 1 kg d'épaule d'agneau en morceaux
- 1 oignon
- 500 g de yaourt nature épais
- 1 c. à soupe de fécule de maïs
- 500 ml d'eau
- 1 c. à café de curcuma
- 2 c. à café de sel
- 300 g de riz basmati
- 600 ml d'eau pour le riz
- 40 g de beurre
- 50 g d'amandes
- 30 g de pignons

Préparation

1. Mettre l'agneau, l'oignon coupé, 500 ml d'eau, 1 c. à café de sel et le curcuma dans le bol, puis cuire à couvert.
   60 min / 100°C / vitesse 1 / sens inverse
2. Retirer la viande et la garder au chaud. Verser le bouillon dans un bol.
3. Rincer le bol, y mettre le yaourt, la fécule et 300 ml du bouillon, puis chauffer sans bouillir.
   10 min / 85°C / vitesse 2
4. Ajouter la viande à la sauce et laisser mijoter doucement.
   5 min / 80°C / vitesse 1 / sens inverse
5. Cuire le riz au Varoma ou à l'eau selon le paquet, puis le mélanger au beurre.
6. Dorer les amandes et les pignons dans une poêle. Servir le riz, l'agneau, la sauce et les noix.

Le conseil de Tiha
Ne dépasse pas 85°C avec le yaourt et la fécule, il ne doit jamais bouillir pour ne pas trancher.

Conservation : 2 jours au réfrigérateur.