

Couscous

Ingrédients :

	Cocotte de base 5 pers.	Grande cocotte 6/7 pers.
Cuisses de poulet	4	6
Épaule d'agneau	500 g	600 g
Merguez	6	12
Oignon	1	1
Petites courgettes	2	3
Carottes moyennes	3	5
Petit(s) navet(s)	1	2
Blanc(s) de poireau(x)	1	2
Raisins secs	30 g	50 g
Pois chiches en boîte	100 g	180 g
Coulis de tomates "Arrabbiata"	5 c. à s.	10 c. à s.
Concentré de tomates (70 g)	1 boîte	1 boîte
Cube(s) de bouillon de volaille	1	1,5
Eau	15 cl	15 cl
Safran	1 dose	2 doses
Ras El Hanout	2 c. à c.	4 c. à c.
Curcuma	1 c. à c.	2 c. à c.
Cumin	1 c. à c.	2 c. à c.
Sel, poivre	facultatif	facultatif

Préparation :

- 1 - Mettez les raisins à gonfler dans un bol d'eau tiède.
- 2 - Nettoyez les légumes. Coupez-les en tronçons.
- 3 - Dans la cocotte, délayez le concentré avec le coulis, émiettez le cube et mélangez avec l'eau.
- 4 - Ajoutez les pois chiches, les raisins secs et toutes les épices, le goût doit être prononcé.
Coupez les cuisses de poulet en 2 et enlevez le surplus de peau et de gras. Les imprégner dans ce jus ainsi
- 5 - que les morceaux d'agneau. Retirez-les et laissez-les en attente dans une assiette.
- 6 - Ajoutez dans la cocotte les légumes mélangés puis les morceaux d'épaule d'agneau.
Installez la grille position haute sur les légumes et la viande d'agneau (faites en sorte que les pieds
- 7 - de la grille reposent bien sur le fond de la cocotte).
- 8 - Déposez les merguez sur la grille et les couvrir avec les cuisses de poulet.
Fermez la cocotte et mettez en cuisson.

Préparez la semoule à part comme indiqué sur le paquet.

Temps de cuisson :

	60 mn	1H20 mn
Inversion*	30 mn	40 mn
HAUT :	Maxi 30 mn puis Mini	Maxi 40 mn puis Mini
BAS :	Maxi 30 mn puis Mini	Maxi 40 mn puis Mini
ATTENTE AVANT D'OUVRIR :	10 mn	10 mn

*inversez la cocotte en cours de cuisson : voir p.7