



PLAT PRINCIPAL

RAGOÛT DE POMMES DE TERRE MAROCAIN ÉPICÉ



★★★★★ (90)

ENV. 40 MINUTES
POUR 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS

- 1 kg** de pommes de terre à chair ferme
- 2** poivrons rouges
- 3** échalotes
- 1** piment
- 3 cs** d'huile de colza HOLL
- 1 pincée** de muscade
- un peu** de poivre
- 4 cc** de cannelle
- 1 pincée** de clous de girofle en poudre
- ¼ cc** curcuma en poudre
- ¼ cc** poivre de cayenne
- 3 à 4** pétales de rose
- 1** capsule de cardamome ou cardamome en poudre
- 1 cm** de gingembre
- 8** dattes
- 8** feuilles de menthe
- un peu** de sel et poivre

PRÉPARATION

- 1** Éplucher les pommes de terre et les couper en cubes de 2 cm. Parer le poivron et le couper en petits dés. Couper les échalotes en quartiers et parer le piment, enlever les graines et le hacher très finement.
- 2** Faire chauffer l'huile de colza dans une poêle antiadhésive, ajouter les pommes de terre et les faire revenir. Ajouter les échalotes après 2 minutes et faire revenir pendant 2 minutes supplémentaires. Ajouter ensuite le poivron et le piment.
- 3** Écraser toutes les épices dans un mortier. Éplucher le gingembre, le râper finement et incorporer 2/3 de la masse au ragoût de pommes de terre. Faire revenir pendant 15 à 20 minutes.
- 4** Couper les dattes en dés, hacher grossièrement les feuilles de menthe et incorporer. Saler et poivrer et répartir sur une assiette.