

En ce jour de l'Aïd el kebir, je souhaite à toutes mes lectrices musulmanes une bonne fête!
Côté repas, le 1er jour de l'Aïd est traditionnellement consacré aux abats du mouton, ce qui ne m'enchant pas du tout alors je vais vous proposer un couscous à la viande d'agneau.
Pour ceux qui seraient intéressés par d'autres recettes habituellement sur nos tables à cette occasion, je vous renvoie vers mon [M'Rouzia](#) (agneau confit au miel et aux épices), ou bien mes [brochettes de veau à la marocaine](#) (que vous remplacerez bien entendu par de l'agneau!!!)



La recette pour 4 personnes:

- 600g d'agneau (épaule ou collier)
- 2 oignons
- 1/2 bouquet de coriandre
- 2 tomates
- 2 courgettes
- 3 navets

- 4 carottes
- 1 cube bouillon de boeuf
- 1 càc de paprika
- 1/2 càc de piment fort
- 1 càc de gingembre en poudre
- 1 pointe d'harissa
- 1/4 càc de poivre
- 1 càc de raz el hanout

pour la semoule:

- 300g de semoule de couscous moyen
- 1 càs d'huile d'olive
- 1/2 càc de 4 épices
- 30g de beurre
- sel

PREPARATION DE LA SEMOULE

Cette opération se réalise en même temps que la cuisson de la viande et des légumes.

Mettre la semoule dans une grand plat creux.

Ajouter le sel, le mélange 4 épices et l'huile d'olive. Recouvrir d'1/4 L d'eau.

Mélanger et laisser reposer 30 min.

Mettre la semoule au fond du panier du couscoussier (ou voir astuces*) et le placer au dessus de la viande qui mijote.

Faire cuire 20 min à la vapeur.

Reprendre la semoule et la travailler dans un grand plat avec un peu d'eau froide (50ml) en la faisant rouler entre les mains.

Laisser reposer la semoule dans le plat environ 20 min avant de la remettre à cuire à la vapeur 15 min dans le panier.

Renouveler à nouveau l'opération d'égrainage avec un peu d'eau dans un plat.

Ajouter le beurre coupé en cube et mélanger à la fourchette.

Réserver avant de servir avec la viande et les légumes.

PREPARATION DE LA VIANDE ET DES LEGUMES

Faire revenir longuement les oignons coupés en quartier.

Ajouter la viande coupée en morceaux et la faire dorer sur toutes ses faces.

Incorporer ensuite les tomates concassées et la moitié de la coriandre ciselée.

Saler, poivrer et ajouter les épices (piment, paprika, raz el hanout, gingembre).

Mouiller avec du bouillon afin de recouvrir la viande et laisser mijoter 1h30.

Éplucher, laver et couper les légumes.

Ajouter les carottes et les navets. Poursuivre la cuisson 30 min.

Ajouter les courgettes et poursuivre la cuisson 20 min.

Rectifier l'assaisonnement .

Dresser la semoule dans un plat de service et la recouvrir de viande, de légumes et de sauce.

Préparer une saucière avec du bouillon et une pointe d'harissa pour les invités plus téméraires.

Servir bien chaud.

Astuces: pour toutes celles qui ne possèdent pas de couscoussier (comme moi !), voici une super astuce : mettez de la gaze (feuille de coton tissé très finement, en vente dans les pharmacies) au fond du panier vapeur de votre cocotte. Cela laissera passer la vapeur et empêchera les grains de tomber dans la sauce!!!

Pour un couscous plus complet, version 7 légumes, vous pouvez rajouter des pois chiche, de l'artichaut et de la courge (potiron).