



# LA FARGUSSIENNE GOURMANDE

---

## TAJINE POULET CITRONS CONFITS COURGETTES

Fastoche – Préparation 20 minutes – Cuisson 1 h 20.

Ingrédients pour 4 personnes:

4 cuisses de poulet	1 bouquet de coriandre fraîche
3 gros oignons	10 olives violettes dénoyautées
2 cuillers à soupe d'huile d'olive	Sel, poivre blanc, coriandre
1 gousse d'ail	Curcuma, gingembre, cumin
2 citrons confits au sel	Raisins secs blonds
5 courgettes moyennes	1 chat, 1 tajine, 1 cocotte

Couper les cuisses de poulet en deux.

Faire revenir dans l'huile d'olive (feu moyen, ne pas brûler !) les oignons épluchés et finement émincés. Ajouter les épices, le sel, le poivre. Ajouter les morceaux de poulet, les rouler dans les épices. Verser 2 verres d'eau et ajouter les citrons confits coupés en 4. Couvrir, laisser mijoter 30 mn à feu doux. La sauce devient sirupeuse.

Eplucher les courgettes seulement si la peau est un peu dure, les couper en gros dés. Ajouter les courgettes et la moitié de la coriandre finement hachée. Napper de sauce. Ajouter 1/2 verre d'eau, couvrir et laisser mijoter en surveillant de près, ne pas hésiter à rajouter de l'eau si les ingrédients attachent.

\* Ajouter les olives et les raisins préalablement gonflés au thé fort 5 mn avant la fin de la cuisson. Laisser cuire à couvert. Parsemer de coriandre fraîche au moment de servir.

Le truc de la fargussienne: je fais cette préparation dans une cocotte à fond épais et remplis mon tajine à ce moment-là \* pour le passer au four 5 mn sans son chapeau afin de légèrement griller le tout.

Offrir aux amis, faire déguster, se dire éventuellement que plus jamais on ne fera ce genre de préparation citronnée mais quoi qu'il en soit, essayer !