Comment rÃ©aliser une maqlouba palestinienne

Description

Le 21 dÃ©cembre 2021, par Dina Macki

Câ??est le plat parfait pour sortir le grand jeu et impressionner vos amis.



Maqlouba signifie Â« sens dessus dessous Â» en arabe, le retournement du plat est donc essentiel (MEE)

Signifiant littÃ©ralement Â« sens dessus dessous Â» en arabe, la maqlouba est un plat palestinien trÃ¨s connu et rÃ©alisÃ© de faÃ§on similaire Ã travers le Moyen-Orient. Câ??est le plat parfait pour sortir le grand jeu et impressionner vos amis.

Voyez cela comme un plat renversÃ© avec des couches parfumÃ©es dâ??aubergines, de pommes de terre, de riz et dâ??agneau. Câ??est un plat unique et il nâ??y a aucune rÃ¨gle en ce qui concerne lâ??ordre des couches. Tout ce quâ??il faut, câ??est un peu de force dans les bras pour le renversement crucial !

Recette

Portions : 4-6 personnes

Temps de prÃ©paration et de cuisson : Temps de prÃ©paration : 1 heure ; cuisson : 1 heure 30

1. IngrÃ©dients

- 1 kg dâ??agneau (Ã©paule)
- 1 oignon, Ã©mincÃ©
- 1 cuillÃ¨re Ã soupe de purÃ©e dâ??ail
- 10 gousses de cardamome
- 2-3 bÃ¢tons de cannelle
- 1 cuillÃ¨re Ã soupe de graines de cumin
- 3 feuilles de laurier
- 3 cuillÃ¨res Ã cafÃ© de poivre noir moulu
- huile vÃ©gÃ©tale pour la friture
- 1 aubergine, coupÃ©e en laniÃ¨res
- 1 aubergine, coupÃ©e en rondelles
- 2 grosses pommes de terre, coupÃ©es en rondelles
- 200 g de riz â?? prÃ©lavÃ© et trempÃ© pendant environ 2 heures
- 1 cuillÃ¨re Ã cafÃ© de mÃ©lange 7 Ã©pices (poivre libanais)

- 3 cuillÃ¨res Ã cafÃ© de cumin moulu
- 3 cuillÃ¨res Ã cafÃ© de poivre noir
- 3 cuillÃ¨res Ã cafÃ© de cannelle
- sel
- 2 grosses tomates
- persil frais
- 150 g de noix de cajou
- 150 g de pignons de pin

2. PrÃ©paration

- DÃ©coupez votre agneau en cubes dâ??environ 2,5 cm de cÃ´tÃ© en conservant un peu de gras (cela prÃ©servera la tendretÃ© et lâ??aspect de la viande).
- Dans un faitout, dÃ©posez lâ??agneau, lâ??oignon, la purÃ©e dâ??ail, la cardamome, la cannelle, le cumin, le laurier, le sel et le poivre et mouillez Ã hauteur. MÃ©langez bien et laissez mijoter Ã feu moyen pendant environ 20 minutes ou jusquâ??Ã ce que la viande soit bien cuite.



- Dans lâ??intervalle, dÃ©coupez les aubergines et les pommes de terre. Faites-les frire Ã feu vif jusquâ??Ã ce que les lÃ©gumes soient dorÃ©s et croustillants. DÃ©posez-les sur du papier absorbant pour retirer tout excÃ©dent dâ??huile.
- Ã?gouttez le riz que vous avez fait tremper au prÃ©alable. Prenez le mÃ©lange 7 Ã©pices, le cumin moulu, le poivre noir, la cannelle et le sel et mÃ©langez soigneusement le tout avec le riz.
- Une fois la viande cuite, rÃ©servez â?? ne vous dÃ©barrassez pas du bouillon, vous en aurez besoin plus tard.
- Tapissez le fond de votre plat Ã maqlouba dâ??une couche de tomates, puis ajoutez une couche de laniÃ¨res dâ??aubergines en remontant bien sur les bords du plat. Ajoutez en couches successives du riz, des pommes de terre, de lâ??agneau, des rondelles dâ??aubergines, de lâ??agneau et du riz. RÃ©pÃ©tez jusquâ??Ã une couche finale de riz. Ajoutez le persil et les pignons de pin selon les goÃ»ts.
- Prenez le bouillon dâ??agneau et versez-le sur le reste jusquâ??Ã ce quâ??il affleure la derniÃ¨re couche.



- Couvrez et laissez Ã feu moyen pendant 20 Ã 30 minutes ou jusquâ??Ã ce que le riz soit tendre.
- Une fois la cuisson achevÃ©e, laissez tiÃ©dir un peu avant le grand chambardement !
- Pour dÃ©corer votre magnifique maqlouba, torrÃ©fiez lÃ©gÃ¨rement des noix de cajou et des pignons et hachez un peu de persil frais. Saupoudrez-en sur votre plat et savourez.



***Dina Macki**, dâ??origine omanaise et zanzibarie, a grandi au Royaume-Uni. Sa nostalgie Ã lâ??Ã©gard de la nourriture de ces pays a fait naÃ®tre chez elle la passion dâ??une fusion Ã©clectique par laquelle lâ??Orient rencontre lâ??Occident Ã travers ses recettes. Tout en continuant Ã combiner le meilleur des deux mondes, Dina est dÃ©terminÃ©e Ã faire de la nourriture omanaise un phÃ©nomÃ¨ne mondial.*

Vous pouvez suivre Dina sur sa page Instagram @dinewithdina ou sur son site www.dinewithdina.co.uk

Source : Middle East Eye

date crÃ©Ã©e
2021/12/31