

Comment réaliser une maqlouba palestinienne

Description

Le 21 décembre 2021, par Dina Macki

C'est le plat parfait pour sortir le grand jeu et impressionner vos amis.



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

Signifiant littéralement « sens dessus dessous » en arabe, la maqlouba est un plat palestinien très connu et réalisé de façon similaire à travers le Moyen-Orient. C'est le plat parfait pour sortir le grand jeu et impressionner vos amis.

Voyez cela comme un plat renversé avec des couches parfumées d'aubergines, de pommes de terre, de riz et d'agneau. C'est un plat unique et il n'y a aucune règle en ce qui concerne l'ordre des couches. Tout ce qu'il faut, c'est un peu de force dans les bras pour le renversement crucial !

Recette

Portions : 4-6 personnes

Temps de préparation et de cuisson : Temps de préparation : 1 heure ; cuisson : 1 heure 30

1. Ingrédients

- 1 kg d'agneau (paule)
- 1 oignon, émincé
- 1 cuillère à soupe de purée d'ail
- 10 gousses de cardamome
- 2-3 bâtons de cannelle
- 1 cuillère à soupe de graines de cumin
- 3 feuilles de laurier
- 3 cuillères à café de poivre noir moulu
- huile végétale pour la friture
- 1 aubergine, coupée en lanières
- 1 aubergine, coupée en rondelles
- 2 grosses pommes de terre, coupées en rondelles
- 200 g de riz à rincer et tremper pendant environ 2 heures
- 1 cuillère à café de mélange 7 épices (poivre libanais)

- 3 cuillères à café de cumin moulu
- 3 cuillères à café de poivre noir
- 3 cuillères à café de cannelle
- sel
- 2 grosses tomates
- persil frais
- 150 g de noix de cajou
- 150 g de pignons de pin

2. Préparation

- Découpez votre agneau en cubes d'environ 2,5 cm de côté en conservant un peu de gras (cela préservera la tendreté et l'aspect de la viande).
- Dans un faitout, déposez l'agneau, l'oignon, la purée d'ail, la cardamome, la cannelle, le cumin, le laurier, le sel et le poivre et mouillez à hauteur. Mélangez bien et laissez mijoter à feu moyen pendant environ 20 minutes ou jusqu'à ce que la viande soit bien cuite.



- Dans l'intervalle, découpez les aubergines et les pommes de terre. Faites-les frire à feu vif jusqu'à ce que les légumes soient dorés et croustillants. Déposez-les sur du papier absorbant pour retirer tout excédent d'huile.
- Gouttez le riz que vous avez fait tremper au préalable. Prenez le mélange 7 épices, le cumin moulu, le poivre noir, la cannelle et le sel et mélangez soigneusement le tout avec le riz.
- Une fois la viande cuite, servez-la ne vous débarrassez pas du bouillon, vous en aurez besoin plus tard.
- Tapissez le fond de votre plat à maqlouba d'une couche de tomates, puis ajoutez une couche de légumes aubergines en remontant bien sur les bords du plat. Ajoutez en couches successives du riz, des pommes de terre, de l'agneau, des rondelles d'aubergines, de l'agneau et du riz. Répétez jusqu'à une couche finale de riz. Ajoutez le persil et les pignons de pin selon les goûts.
- Prenez le bouillon d'agneau et versez-le sur le reste jusqu'à ce qu'il affleure la dernière couche.



- Couvrez et laissez à feu moyen pendant 20 à 30 minutes ou jusqu'à ce que le riz soit tendre.
- Une fois la cuisson achevée, laissez tiédir un peu avant le grand chambardement !
- Pour décorer votre magnifique maqlouba, torréfiez légèrement des noix de cajou et des pignons et hachez un peu de persil frais. Saupoudrez-en sur votre plat et savourez.



Dina Macki, d'origine omanaise et zanzibarie, a grandi au Royaume-Uni. Sa nostalgie à l'égard de la nourriture de ces pays a fait naître chez elle la passion d'une fusion éclectique par laquelle l'Orient rencontre l'Occident à travers ses recettes. Tout en continuant à combiner le meilleur des deux mondes, Dina est déterminée à faire de la nourriture omanaise un phénomène mondial.

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

Source : [Middle East Eye](#)

date créée
2021/12/31