

Agneau minute à la pomme

- **Préparation** : 10 minutes
- **Cuisson** : 10 minutes

Ingrédients

- 600 g d'épaule d'agneau désossée
- 10 cl de coulis de tomate
- 15 cl de lait de noix de coco
- 1 gousse d'ail
- 2 oignons
- 10 brins de coriandre fraîche
- 2 cuillères à soupe de curry en poudre
- 1 cuillère à soupe d'huile d'arachide
- 2 pommes granny smith
- 3 cuillères à soupe de raisins secs
- 1 citron vert
- 120 g de riz



Préparation de la recette

- Faites cuire le riz selon les indications du paquet. Préférez une cuisson courte (10 minutes).
- Coupez la viande en lamelles. Pelez et hachez l'ail. Pelez et émincez les oignons. Lavez et ciselez la coriandre.
- Lavez les pommes. Coupez-la en deux sans l'éplucher. Retirez le coeur et les pépins. Coupez la chair en dés. Arrosez du jus de citron vert.
- Faites chauffer l'huile dans la sauteuse. Faites-y revenir 2 minutes les oignons. Ajoutez la viande. Faites cuire 1 minute. Saupoudrez de curry. Ajoutez l'ail. Mélangez. Salez et poivrez légèrement. Faites revenir 1 minute.
- Versez le coulis de tomates. Portez à ébullition 2 minutes. Ajoutez le lait de coco. Mélangez 1 minute. Attention, cela ne doit pas bouillir. Ajoutez la coriandre.
- Servez la viande accompagnée de riz, parsemé de dés de pomme et de raisins.