

SPAGHETTI A LA TUNISIENNE

CAROTTES, NAVETS, CELERI, TOMATES, POIREAUX, POMMES DE TERRE, CHOUX RAVE, POIVRONS, COURGETTES, AUBERGINES, FENOUIL, OIGNONS ETC. ETC.

- COUPES LES LEGUMES EN PETITS DES
- 100 A 150 GR / PERSONNE DE BŒUF A BRAISER OU AGNEAU (EPAULE) EN CUBES EGALEMENT
- FAIRE REVENIR LA VIANDE A L'HUILE D'OLIVE

- AJOUTER ET FAIRE SUER LES LEGUMES (CA LEUR APPRENDRA !) - SAUF LES TOMATES- FAIRE REDUIRE

- AJOUTER LES TOMATES + 2 CUILLERE A SOUPE DE CONCENTRE (LA SAUCE DOIT ETRE BIEN ROUGE)

- AJOUTER 1 CUILLERE A SOUPE DE PAPRIKA DOUX - UN PEU DE RAZ EL HANOUT (ET D'HARISSA SI VOUS AIMEZ RELEVÉ)

- LAISSEZ REDUIRE EN REMUANT PUIS AJOUTER DU BOUILLON OU DE L'EAU 3/4 CM AU-DESSUS DU NIVEAU

- ASSAISONNER LEGEREMENT (ATTENTION A LA REDUCTION)

LAISSER CUIRE 1 BONNE HEURE LA VIANDE DOIT ETRE BIEN TENDRE (L'ACIDITE DE LA TOMATE RETARDE LA CUISSON)

- CASSER LES SPAGHETTI (50 GR GRAMMES PAR PERSONNE) EN BATONNETS DE 3 OU 4CM DE LONG
 - LES CUIRE « AL DENTE » A PART ET A L'EAU – EGOUTTER - LES AJOUTER A VOTRE SAUCE QUI NE DOIT PAS ETRE TROP EPAISSE (LES SPAGHETTI ABSORBERONT L'EXCEDENT DE SAUCE)
 - LAISSER MIJOTER 2 OU 3 MINUTES
- SERVIR BIEN CHAUD

