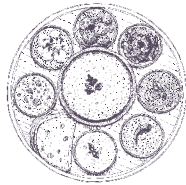


# Agneau Madras

Cuisine  
indienne

6 personnes



40 mn



90 mn

## Ingrédients

- 1 kg d'agneau
- 1 cuillère 1/2 à café de curcuma
- 1/2 tasse de ghee (beurre clarifié)
- 1/4 tasse d'huile végétale
- 4 oignons
- 400 ml de lait de coco
- 2 tasses d'eau
- 1 cuillère à café de graines de fenouil
- 1 bâton de cannelle
- 1/2 cuillère à café de garam massala
- 1 cuillère à café de sucre
- 3 cuillères à soupe d'eau chaude
- sel, poivre
- 1 cuillère à soupe de pâte de tamarin

### Pour le curry :

- 1 1/2 cuillère à café de graines de coriandre
- 1 1/2 cuillère à café de graines de cumin
- 1/2 cuillère à café de sel
- 2 piments rouges secs
- 3 cuillères à soupe de pâte d'ail
- 3 cuillères à soupe de pâte de gingembre



## Préparation

**Pâte de curry :** faites griller les graines de coriandre à feu moyen-doux jusqu'à ce qu'ils brunissent. Répétez avec les graines de cumin et les piments rouges. Ajoutez le sel et moule le tout en poudre fine. Mélangez avec l'ail et le gingembre pour former une pâte épaisse.

Coupez l'agneau en gros dés. Tranchez les oignons. Diluez le tamarin dans l'eau chaude. Saupoudrez le curcuma sur l'agneau, en remuant délicatement pour bien l'enrober. Faites griller les graines de fenouil et réservez.

Chauffez l'huile et le ghee à feu moyen et faites dorer les oignons. Incorporez la pâte de curry et faites cuire pendant 1 minute. Incorporez la viande, faites revenir pendant 1 minute. Versez 2/3 du lait de coco, 1 tasse d'eau et portez à ébullition. Laissez mijoter 10 minutes à feu doux.

Incorporez le reste du lait de coco, 1 tasse d'eau, les gousses de cardamome, la cannelle et les graines de fenouil grillées. Couvrez et faites revenir à feu doux, pendant environ 1 heure 1/2 pour que l'agneau soit tendre. Remuez de temps en temps. Ajoutez le garam, le sucre et la pâte de tamarin et laissez cuire 5 minutes de plus, pour que la sauce épaississe.

## Astuces de chef



Le curry est un mélange d'épices qui symbolise à lui seul la cuisine indienne. En Inde, on ne parle pas de curry mais de « massala », qui signifie « mélange ».

Il existe autant de mélanges que de régions voire de familles en Inde. Les mélanges d'épices sont fonction des épices disponibles et de leur coût. La couleur jaune de la poudre de curry, hautement symbolique est apportée par le safran ou le curcuma.

Les épices sont broyées au mortier avant d'être légèrement torréfiées sur le feu dans un peu de matière grasse. Il en résulte une poudre sèche prête à l'utilisation. On peut confectionner soi-même une pâte de curry avec des ingrédients frais.