

Tajine kefta-œuf

Ingrédients

600 g de viande hachée de bœuf • 4 œufs
6 grosses tomates • 2 oignons • 1 gousse d'ail
1 poignée de persil • 1 pincée de sel & poivre
2 càc de paprika • 2 càc de cumin • 2 càc de gingembre



Commencez par réaliser les boulettes de viande hachée de bœuf. Hachez finement 1 oignon. Ajoutez les épices : 1 cuillère à café de cumin, de paprika, de gingembre et du persil (*vous pouvez ajouter de la cannelle si vous aimez bien le goût*). Prenez votre viande hachée et mélangez le tout pour que la viande de votre tajine kefta-œuf s'imprègne bien des épices.

Mettez quelques gouttes d'huile d'olive dans votre plat tajine, faites la chauffer et ajoutez vous boulettes de viande. Faites les dorer juste quelques minutes puis retirez-les du plat.

Ajoutez 1 oignon haché au préalable, 1 cuillère à café de cumin, de paprika et de gingembre, l'ail pilé et les tomates coupées en quartiers. Faites cuire cette sauce, dans le même plat de tajine kefta-œuf où ont cuit les boulettes de viande, 15 minutes à feu doux, tout en remuant de temps en temps avec une cuillère en bois.

Ajoutez les boulettes de viande hachée, mettez le couvercle du plat à tajine et continuez la cuisson à feu doux durant 10 à 15 minutes. Vous pouvez ensuite casser vos œufs dans votre plat, couvrir et laisser cuire deux à trois minutes. Surveillez-bien pour ne pas que le jaune durcisse et soit coulant à la dégustation ! Ciselez du persil et décorez votre tajine kefta-œuf.



Joseph
design.be



L'ustensile de
la semaine !



chée de Charleroi 1 à Thorembais-les-Béguines
info@josephdesign.be - Téléphone : 010 247 287
Du mercredi au samedi de 10h à 18h

