

Curry d'agneau à la minute

Riz Madras

Le marché pour 4 personnes

<i>Éléments de base</i>	<ul style="list-style-type: none">• 600 g d'épaule d'agneau coupée en dés de 1,5 cm (on peut aussi utiliser du collier d'agneau désossé)• 5 cl d'huile• Sel, poivre blanc
<i>Sauce au curry</i>	<ul style="list-style-type: none">• 100g d'oignon haché (1 petit)• 1 pomme coupée en petits dés• 2 tomates (émondées et épépinées)• 30g de beurre• 2 gousses d'ail• 1 cuillerée à soupe rase de curry• 5 dl de lait de coco (boîte ou brique)• 1 banane mûre• thym, laurier• sel, poivre blanc du moulin
<i>Riz Madras</i> <i>(pour les flemmards, on peut servir le curry avec du riz créole)</i>	<ul style="list-style-type: none">• 200g de riz• 50g de beurre + 50g en finition• 50g d'oignon haché• 1 cuillerée à café rase de curry• 4 dl d'eau• 1 tablette de bouillon de volaille• 50 g de raisins secs, 2 tranches d'ananas coupées en petits dés• Sel

Cuisson de l'agneau (au dernier moment)

- 1) Tailler l'épaule d'agneau en tranches de 1,5 cm d'épaisseur puis en dés réguliers.
- 2) Au dernier moment, saisir dans une poêle à l'huile très chaude, les saler et les poivrer.
[Il est conseillé de les confectonner par petites parties pour bien assurer le saisissement et la coloration.](#)
- 3) Cuire à feu vif quelques minutes en les tenant rosés.

La sauce rapide au curry

- 1) Saisir à l'huile les oignons hachés et les faire cuire quelques minutes sans coloration
- 2) Ajouter l'ail haché et le curry et faire chauffer quelques instants
- 3) Ajouter les tomates émondées, épépinées et coupées en petits dés et faire cuire quelques minutes
- 4) Mouiller avec le lait de coco
- 5) Ajouter le thym, le laurier, le sel et le poivre
- 6) Porter juste à ébullition
- 7) Adjoindre les dés de pomme colorés à la poêle au beurre et la banane écrasée (facultatif) en même temps que la viande. Cette sauce ne doit plus bouillir. (risque de dissociation)

Finition du curry (au dernier moment)

- 1) Ajouter les dés d'épaule d'agneau, les dés de pomme colorées à la poêle au beurre et la banane écrasée dans la sauce bouillante et mélanger.
- 2) Ne pas faire bouillir
- 3) Servir aussitôt

Le riz madras (c'est un riz pilaf avec une petite garniture)

- 1) Faire suer au beurre les oignons hachés
- 2) Ajouter le riz et le faire chauffer quelques minutes sans coloration
- 3) Ajouter le curry et faire chauffer quelques instants
- 4) Mouiller avec l'eau bouillante et ajouter la tablette de bouillon de volaille (on peut aussi mouiller avec du vrai bouillon de volaille ou de pot au feu).
- 5) Ajouter les raisins secs, le thym, le laurier.
- 6) Porter à ébullition
- 7) Couvrir et cuire à feu très doux sans remuer pendant 12 à 15 minutes environ (on peut aussi le cuire à four chaud (200° C, Th 6-7).
- 8) Au terme de la cuisson, parsemer la surface du beurre coupé en petits dés et laisser gonfler 5 minutes à couvert.
- 9) Ajouter les dés d'ananas et égrener délicatement à la fourchette.