

TAJINE DE LEGUMES

3 ou 4 carottes

2 grosses pommes de terre

1 courgette

1 aubergine

1 blanc de poireaux

2 gros oignons émincés grossièrement, 2 gousses d'ail

1 belle rasade d'huile d'olive

1 verre de bouillon de volaille

½ cuil à café de cannelle, ½ cuil à café de cumin, 1 cuil à café de curcuma, ½ cuil à café de coriandre, ½ cuil à café de ras el hanout, 1 cuil à café de paprika, un peu de piment doux.

Mélangez toutes les épices dans le bouillon de volaille.

Dans un plat à tajine ou dans une cocotte en fonte, faire revenir les oignons émincés dans de l'huile d'olive 2 à 3 mn. Ajoutez tous vos légumes coupés en gros tronçons et mouiller avec le verre de bouillon de volaille. Salez légèrement si nécessaire.

Couvrir et faite mijoter à feu doux durant 30 mn environ.

*Vous pouvez évidemment rajoutez d'autres légumes (petits pois – fèves – haricots...).