

GOULASH D'AGNEAU



-  PERSONNES : 4
-  PRÉPARATION : 20 min
-  CUISSON : 55 min
-  REPOS : 0 min
-  TEMPS TOTAL : 75 min

800 g d'épaule
d'agneau

4 oignons

4 tomates

1 c à soupe de grains
de poivre noir

1 c à soupe d'huile

1 c à soupe de paprika

1/2 cube de concentré
de bouillon de bœuf

Sel

1. Coupez la viande en 12 morceaux et dégraissez-la très soigneusement.
2. Pelez-les oignons ; émincez-les en rondelles.
3. Ébouillantez les tomates, pelez-les, coupez-les en quatre et épépinez-les.
4. Délayez le cube de concentré dans 25 cl d'eau chaude.
5. Faites chauffer l'huile dans une cocotte à feu moyen, après en avoir ôté l'excédent avec du papier absorbant. Faites-y dorer la viande en la remuant.
6. Ajoutez le bouillon de bœuf, les oignons, les tomates, les grains de poivre et un peu de sel. Fermez la cocotte et laissez cuire 50 minutes, toujours sur feu moyen. Ouvrez la cocotte et saupoudrez le paprika. Mélangez et servez.

Pour finir... Ce plat s'accommodera fort bien de pommes de terre cuites à la vapeur ou, pour plus de légèreté, de haricots verts au naturel.