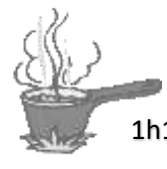




20 minutes



1h15

<p>Ingrédients pour 6 personnes</p>	<p>1kg de viande de bœuf coupée en petits cubes – 2 à 3 merguez coupées en 4 – 250 ml de coulis de tomates – 100 ml d'eau - 2 oignons – 3 à 4 gousses d'ail – 1 cuil.à.café de 4 épices ou 1 cuiL.à.soupe de cumin – 4 branches de céleri – 6 carottes coupées en rondelles (soit 300g) – 1 petite boîte de pois chiches (265g) – sel et poivre à volonté</p>
---	---

1) Préchauffer le four à 200° (th. 6 ou 7).

Dans un plat allant au four d'une contenance d'environ 3l verser le coulis de tomates, l'eau, les oignons épluchés et coupés en 4, les gousses d'ail épluchées et les épices choisis.

2) Ajouter la viande, les merguez, les carottes épluchées et coupées en rondelles, le céleri branche épluché et coupé en bâtonnets et, enfin, les pois chiches égouttés.

3) Bien mélanger tous ces ingrédients, assaisonner à votre convenance, poser un couvercle sur votre plat et le mettre au four pour une cuisson de 1h15, th 6/7 (200°).

4) Servir chaud accompagne d'une semoule de couscous.

Nos prochains rendez-vous

