

Poulet marocain à la harissa

Pour 4 à 5 pers

- 1 poulet de 1.5kg
- 2 à 4 c. à soupe d'huile aromatisée aux épices et à l'ail (= huile à pizza)
- quelques feuilles de laurier
- 2 c. à café de miel d'acacia
- 2 c. à café de purée de tomates
- 4 c. à soupe de jus de citron
- 15 cl de bouillon de volaille
- ½ à 1 c. à café de harissa

FARCE

- 25 g de beurre
- 1 oignon haché
- 1 gousse d'ail écrasée
- 1 ½ c. à café de cannelle en poudre
- ½ c. à café de cumin en poudre
- 225 g de fruits secs trempés pendant plusieurs heures ou toute une nuit dans de l'eau (raisins secs , abricots, pruneaux etc...)
- 25 g d'amandes émondées
- sel et poivre du moulin

CONSEIL : pour cette recette, vous pouvez utiliser un seul type de fruit sec (l'abricot par exemple si vous le désirez).

1 – Préparez la farce. Faites fondre le beurre dans une casserole. Ajoutez-y l'oignon et l'ail et laissez cuire 5 mn à feu doux. Ajoutez la cannelle et le cumin, prolongez la cuisson 2 mn en remuant.

2- Egouttez les fruits secs, hachez-les grossièrement et ajoutez-les à la farce avec les amandes. Salez, poivrez et laissez cuire 2 mn de plus. Versez la préparation dans un bol et laissez refroidir.

3- Préchauffez le four à 220° (th 6). Farcissez le poulet avec la préparation et réservez l'excédent. A l'aide d'un pinceau, badigeonnez le poulet d'huile aromatisée aux épices et à l'ail, disposez-le dans un plat à rôtir avec les feuilles de laurier et mettez au four à peu près une heure et quart en arrosant de temps en temps avec le jus de cuisson.

4- Posez le poulet cuit sur une planche à découper. Retirez le maximum de gras du plat de cuisson, puis incorporez le miel, la purée de tomates, le jus de citron, le bouillon et la harissa. Goûtez et ajoutez du sel si nécessaire. Toujours dans le plat, portez à ébullition le mélange et faites réduire à feu doux 2mn en remuant. Réchauffez l'excédent de farce. Découpez le poulet et servez-le accompagné de la farce (et de semoule façon Peg). Présentez la sauce dans un bol.