

Баранина тушеная с финиками

Блюдо, приготовленное по мотивам марокканской кухни. Эта национальная кухня полна контрастов, в одном блюде нередко соседствует и сладкое, и соленое, и острое. Мясные блюда часто сопровождают свежие фрукты или сухофрукты – финики, курага, чернослив, изюм. А еще добавляют кедровые орешки. И все это обильно приправляется специями и свежими травами.



Ингредиенты:

баранина мякоть 1,0–1,2 кг
вода 2 стакана
лук репчатый 2 шт.
чеснок 3–4 зубчика
финики без косточек 150 г
масло растительное

Приправы*:

красный перец 1 ч.л.
молотая куркума $3\frac{1}{4}$ ч.л.
молотый имбирь $3\frac{1}{4}$ ч.л.
молотая корица $3\frac{1}{4}$ ч.л.
соль

Нарезать мясо кусочками 3–4 см. Лук и чеснок почистить. Лук нашинковать, а чеснок мелко порубить.

Смешать все ингредиенты приправы и присыпать этой смесью мясо. Хорошо перемешать и оставить на полчаса.

Раскалить масло в сотейнике, обжарить в несколько приемов все мясо, оно должно лежать на сковороде в один слой, чтобы быстро обжариться со всех сторон и не пустить сок. Вернуть все прожаренное мясо в сотейник, влить воду, закрыть плотно крышкой, убавить огонь и тушить 2–2,5 часа, к этому времени мясо должно стать достаточно мягким.

Добавить промытые финики без косточек и тушить еще около 30 минут. На гарнир хорошо подавать с кус-кус с лимоном. Как его приготовить я написала в разделе **“Крупы”**.

*Если у вас есть подготовленная смесь специй Raz-el-hanout, можно воспользоваться ею. Как приготовить эту смесь я написала в разделе **“Специи, приправы”**.

Тэги: вторые блюда, марокканская кухня, блюда из баранины, баранина тушеная с финиками