

## Mijoté de veau aux épices

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

### INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

*(peu de monde à la maison, alors j'ai fait moitié moins)*

- 700g de viande de veau hachée
- 1 oignon épluché et ciselé
- 1 à 3 gousses d'ail épluchées et hachées (ça dépend des goûts)
- 1 aubergine lavée et coupée en cubes de 0,5cm de côté
- 100g de mélange de pistaches concassées et pignons de pin toastés
- 1 cuil. à café de graines de cumin ou en poudre
- 1 cuil. à café de paprika
- 1 cuil. à café de curcuma en poudre
- 1 cuil. à café de harissa

*(si on n'a pas ces épices, on peut mettre du raz el hanout)*

- 200g de sauce tomate réduite
- 150g de pâte de tahine
- 50g de jus de citron jaune
- 100g d'eau
- huile d'olive
- sel fin

### Préparation

Enlever les extrémités de l'aubergine.

La couper en deux puis détailler des tranches de 1 cm (Cyril enlève les extrémités où il y a plus de peau), retailer dans l'autre sens pour obtenir des petits dés.

Dans la cocotte, versez un trait d'huile d'olive puis les dés d'aubergine. Mettre à feu très vif (*attention, l'aubergine a tendance à aspirer toute l'huile d'olive au début, mais il ne faut pas en ajouter sinon, il n'y en aura trop*)

Ajouter l'oignon en ajoutant un peu d'huile d'olive (*astuce de Cyril pour ne pas que les aubergines absorbent l'huile, les mettre de côtés et les oignons et l'huile de l'autre*) laissez suer avec une légère coloration, ajoutez le mélange pistaches-pignons, les épices, l'ail et finissez par la viande. (*mélanger en écrasant la viande et en raclant le fond*). Laissez le jus de cuisson s'évaporer. Ajoutez la sauce tomate (éventuellement un peu d'eau), si vous aimez que ça pique, ajoutez de la harissa et laissez mijoter. (*il ne faut pas que ce soit sec, donc si besoin ajouter de l'eau*)

### Préparer la sauce

Dans un saladier, mélangez la pâte de tahine avec le jus de citron et l'eau. Assaisonnez de sel si besoin. Réservez. (*si on n'a pas de tahine, on peut mélanger un peu de crème ou de yaourt avec de l'huile de sésame*).

Dans les assiettes, versez une à 2 cuillerées de sauce thina (nom de la sauce à base de pâte de tahine), étalez le tour de l'assiette et versez des cuillerées de mijoté de veau.

Vous pouvez également si vous le souhaitez ajouter sur le mijoté une cuillerée de mélange sauce thina-yaourt grec-huile d'olive et quelques gouttes de pesto basilic frais.