



Curry d'agneau et lassi à la mangue

Ce curry est très facile à composer et son parfum aux épices le rendra irrésistible... A déguster avec un rafraîchissant *lassi* de mangues fraîches.

Ingrédients pour 6 personnes

1 kilo d'épaule d'agneau dégraissé et désossée
2 cuillers à café de 4 épices
3 cuillers à soupe de curry
4 oignons blancs
250 ml de lait de coco
150 grammes de noix de cajou
100 grammes de cacahouètes
huile d'arachide
1 cuiller à soupe de piment d'Espelette
sel

Préparation curry

1. Découper en cubes l'agneau et faire revenir dans une sauteuse avec de l'huile et les 4 épices.
2. Peler les oignons, les éminces et ajouter à la viande avec le curry, le piment. Mélanger le tout, couvrir et laisser mijoter pendant 30 minutes.
3. Ajouter par la suite les noix de cajou, les cacahouètes et le lait de coco. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire. Laisser mijoter encore 15 minutes à feu doux.

Vous pouvez accompagner le curry de riz basmati ou de pommes de terre cuites à la vapeur.

Préparation du lassi à la mangue

1. Couper en morceaux 2 mangues bien mûres et les passer au mixer avec 2 yaourts nature, 2 cuillers à soupe de sucre, 2 cuillers à soupe de crème liquide.
2. Incorporer 5 cl de lait et mixer encore jusqu'à obtention d'un lassi homogène.

Bon appétit!