

## Plat principal

Préparation :

30 min

Cuisson: 45 min

Niveau: 

Ingrédients:

Pour 4 personnes:

- 600 g de poitrine d'agneau
- 600 g de fèves des marais non écosées
- 1 aubergine
- 1 gousse d'ail
- 1 oignon
- 1 tomate
- 1 càc de cumin moulu
- 1 càc de coriandre moulu
- 2 càs d'huile d'olive
- 1 branche de thym
- 1 feuille de laurier
- Sel, poivre

Suggestion

- Préférez une huile non filtrée et plus corsée telle que l'huile disponible en vrac à l'épicerie.

## Poitrine d'agneau à l'aubergine et aux fèves des marais

- Dans une sauteuse, faites chauffer la moitié de l'huile d'olive. Faites-y dorer la viande. Une fois la viande dorée, ajoutez un grand verre d'eau dans la sauteuse, plongez-y le thym et le laurier et laissez cuire 20 min à feu moyen.
- Pendant ce temps, écossez les fèves, coupez les aubergines et la tomate en dés, hachez l'oignon et l'ail.
- Réservez la viande et son jus de cuisson. Dans la sauteuse, faites chauffer le reste de l'huile d'olive. Faites-y revenir l'aubergine, l'oignon et l'ail. Ajoutez en suite la tomate et les fèves. Epicez avec le cumin et la coriandre.
- Remettez la viande et son jus de cuisson dans la casserole. Salez, poivrez. Couvrez et laissez encore cuire pendant 20 minutes à feu moyen.
- Servez chaud!



the  
**peas**  
green food