

SOURIS D'AGNEAU

Pour 4 personnes



*1 souris d'agneau
1 café à soupe d'huile d'olive
2 oignons
1 cuillère à soupe de miel
1 boîte de tomates écrasée
100 ml d'eau
2 gousses d'ail émincés
2 feuilles de laurier et autant de thym
1 pincée de gingembre
1 pincée de cumin
1 cuillère à café de sel
2 carottes
6 pommes de terre moyennes*

Mettez votre cookeo en mode préchauffage et mettez l'huile d'olive, faites-y revenir les souris, bien dorer.

Enlevez les souris et remplacez par les oignons, faites revenir en mélangeant fréquemment.

Ajouter le miel et laissez caraméliser quelques instants

Ajoutez le concentré de tomates, l'eau, l'ail, le gingembre, le cumin, le sel et les herbes de Provence. Mélangez bien et ajoutez la souris.

Passez en cuisson sous pression pendant 60 min.

Ajouter les carottes en rondelles d'épaisseur 5mm et les pommes de terre entières ou coupées en deux.

Passez en cuisson sous pression pendant 30 min.

Servez votre plat bien chaud.

[Servir avec un médoc](#)