

# Tajine d'agneau fondant aux notes envoûtantes de maniguette

---

## Le secret de la maniguette

- Profil aromatique unique : la maniguette offre un mélange complexe de poivre, gingembre, cardamome et agrumes.
- Stabilité à la cuisson : contrairement au poivre noir, elle ne développe pas d'amertume et supporte parfaitement les cuissons longues.
- Révélation des arômes : toastez légèrement les graines avant de les mouliner pour intensifier les notes de cardamome et de gingembre.
- Dosage : la maniguette est puissante, commencez par une petite quantité et ajustez selon votre tolérance à la chaleur.

## Préparation de la viande

- Choix des morceaux : privilégiez l'épaule ou le collier, des pièces gélatineuses qui restent fondantes après une cuisson lente.
- Découpe : coupez la viande en morceaux de 5 à 6 cm pour garantir une cuisson homogène et conserver le jus.
- Marinade : laissez mariner la viande pendant 8 heures pour permettre aux épices de pénétrer les fibres et améliorer la tendreté.

## Techniques de cuisson

- Maîtrise du feu : maintenez une cuisson à 'petits glouglous' ; une ébullition trop vive rendrait la viande sèche et fibreuse.
- Matériel : utilisez un plat à tajine en terre cuite ou une cocotte en fonte bien fermée pour assurer une condensation continue.
- Infusion : ajoutez la maniguette dès le début du mijotage pour qu'elle infuse pleinement dans la sauce.
- Ajout des fruits secs : incorporez les abricots seulement 30 minutes avant la fin de la cuisson pour éviter qu'ils ne se délitent.