



Le navarin de Noémie...

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 3 h

INGRÉDIENTS : (pour 6 personnes) :

1,200 kg de viande d'agneau, choisir des morceaux à couper comme pour un ragoût (collier, plat de côte, haut de gigot...), prévoir env. 200gr par pers., **600g de navets ronds**, petits de préférence, **3 gros oignons**, **1l de bouillon de légumes**, **20cl de vin blanc**, de préférence du Sud, type Viognier, **3 cuil. à soupe de farine**, **1 bouquet garni**, **Huile d'olive**, **Sel**, **poivre**, **1 Piment de Cayenne écrasé**, **1 cuil. à soupe de Ras-el-hanout**.

Dans une marmite, faire revenir les oignons émincés dans l'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils deviennent transparents.

Mettre les morceaux de viande et les faire dorer.

Ajouter la farine et faire roussir.

Déglacer au vin blanc, puis ajouter le bouillon, le bouquet garni, le sel, le poivre, la cuillère de Ras-el-Hanoutet le piment de Cayenne.

Couvrir et faire cuire à feu doux pendant 2 heures.

Ajouter les navets épluchés sur la viande de façon à ce qu'ils cuisent hors du bouillon et cuire encore $\frac{3}{4}$ d'heure ou moins suivant la taille des navets.

Quand les navets sont cuits, c'est prêt !

Petit plus : recette encore meilleure réchauffée, l'idéal est donc de la préparer la veille, ce qui permettra également d'enlever un peu de matière grasse figée lors du refroidissement. Réchauffer jusqu'à ébullition et servir avec de la semoule ou de la polenta.

Bon appétit !