

Navarin d'Agneau aux Cocos

Pour 4 personnes : 1 épaule d'agneau en morceaux, 2 kg de Cocos, 1 gros oignon, 2 tomates, 3 gousses d'ail, laurier, sauge, 2 cuillerées à soupe d'huile, sel, poivre.

Faire cuire les grains dans l'eau bouillante salée, jusqu'à mi-cuisson (pendant 30 minutes).

Faire revenir l'épaule d'agneau en morceaux dans l'huile avec l'oignon émincé. Y ajouter les tomates. Egoutter les Cocos et les mélanger à la viande. Ajouter le laurier, la sauge, les gousses d'ail non épluchées. Assaisonner. Laisser mijoter 30 minutes.