

# Haricot de collier d'agneau aux cocos



(5 voix)



Facile

Bon marché

Pour 6 personnes

Préparation : 20 minutes

Cuisson : 1.15 heure

## le bon accord vin

Un fronton rouge  
Sud-Ouest

## Ingrédients de Haricot de collier d'agneau aux cocos

- 2 kg de collier d'agneau en morceaux
- 500 g de cocos frais écosés
- 2 gousses d'ail
- 2 carottes
- 2 oignons
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomates
- 1 bouquet garni
- 2 cuillères à soupe d'huile
- sel
- poivre

## Étapes de Haricot de collier d'agneau aux cocos

Mettez les cocos et le bouquet garni dans une casserole d'eau froide salée. Portez à ébullition, puis baissez le feu et faites cuire 30 min.

Épluchez les carottes et les oignons. Emincez-les. Faites chauffer l'huile dans une grande cocotte. Faites-y dorer la viande. Lorsqu'ils sont bien colorés, ajoutez les carottes et oignons, ainsi que les gousses d'ail entières et non pelées. Salez et poivrez.

Mélangez le concentré de tomates à 15 cl d'eau et versez le mélange dans la cocotte. Baissez le feu au minimum et laissez mijoter à couvert pendant 30 min. Egouttez les cocos, versez-les dans la cocotte contenant la viande. Ajoutez un grand verre d'eau, mélangez, couvrez et prolongez la cuisson pendant 40 min. Servez le haricot de mouton très chaud.

## Le conseil de cvf

Hors saison, utilisez des cocos secs, que vous ferez tremper 12 h dans de l'eau non calcaire avant cuisson.