



Accueil » Recettes de cuisine » Viandes » Agneau et mouton

Maffé à la Viande



Pour : 6 personnes Auteur : [Chef Philippe](#)
 Durée : 1 h 30
 Difficulté : 0
 note
[0 commentaire](#)

Ingrédients pour 6 personnes :

- 1 kg de sauté d'agneau (ou bœuf ou volaille)
- 250 g de pâte d'arachide
- 2 gros oignons
- 1 gousse d'ail
- 500 g de carottes
- 1/2 chou vert
- 250 g de tomates
- 1 cube de [bouillon de volaille](#)
- sel
- poivre
- huile d'arachide

Phases techniques pour Maffé à la Viande :



1 Préparer tous les ingrédients.



2 Faire chauffer un peu d'huile dans le fond d'un faitout.



3 Faire rissoler les morceaux de viande sur toutes les faces.



4 Ajouter l'oignon finement haché ainsi que l'ail.



5 Couper les carottes en mirepoix, concasser les tomates fraîches et émincer le chou vert.



6 Placer tous ces légumes taillés dans le faitout.



7 Mouiller à hauteur des légumes avec de l'eau froide.



8 Ajouter le concentré de tomates et le cube de bouillon.



9 Remuer.



10 Porter à ébullition et prolonger la cuisson pendant 30 minutes à découvert.



11 Trente minutes plus tard...



12 ...délayez la pâte d'arachide avec un peu d'eau chaude.



13 La verser dans la préparation tout en remuant.



14 Prolonger la cuisson quelques minutes. Votre plat sera prêt quand vous commencerez à voir l'huile de la pâte d'arachide remonter en surface.



15 Servir avec du riz cuit à l'eau.