

## CONSEILS ET ENTRETIEN DE VOTRE PLAT A TAJINE

Le tajine a vu le jour en Afrique du Nord.

En raison de la pénurie d'eau, il fallait trouver une manière de préparer la nourriture avec le moins d'eau possible. Dans le tajine, les ingrédients sont préparés de façon succulente grâce à la forme conique spécifique du couvercle .

Les vapeurs générées dans le tajine montent le long des parois inclinées froides et redescendent après s'être condensées. Le plat maintient ainsi lui-même son humidité. Le couvercle garde donc tous les jus et saveurs ensemble, ce qui confère au plat une touche spéciale.



### **Avec ou sans trou?**

Le trou laisse l'excédent d'humidité s'échapper et évite donc que le tajine déborde. C'est pourquoi on trouve parfois un petit trou dans le couvercle. En général, le tajine est toutefois fermé afin de préserver au mieux les arômes et la condensation.

## **Conseils d'utilisation et d'entretien**

### **Avant la première utilisation**

Comme tous les plats en terre cuite, le plat à tajine nécessite une **préparation avant la 1ère utilisation** pour en garantir la solidité : un trempage pendant 12 à 24H suivi d'un séchage complet à l'air libre (vous pouvez aussi le sécher à four très doux).

Le trempage est conseillé à l'eau froide, mais aussi quelquefois au lait, avec un badigeonnage à l'huile d'olive ou encore un frottement du fond à l'ail, le tout afin de renforcer la terre cuite. Les plats issus des ateliers de notre partenaire se contentent d'un trempage à l'eau froide et d'un bon séchage comme indiqué plus haut.

### **Cuire au tajine**

Cette méthode de cuisson méditerranéenne est un peu comparable à la préparation d'un ragoût traditionnel : le plat a besoin de temps et doit mijoter. La cuisson de la viande et des autres ingrédients dans le tajine se fait **à feu doux**, sinon le tajine risque de casser. Si vous voulez saisir votre viande au préalable, faites-le à part à la poêle par exemple.

La cuisson idéale se fait **à la braise** du barbecue ou de la cheminée (ne posez pas votre plat directement dessus!) mais vous pouvez cuire **au gaz** à condition de respecter une cuisson à feu doux et d'utiliser un diffuseur de chaleur (**jamais de contact direct avec la flamme**).

Le tajine peut aussi aller **au four**, même si cela nuit un peu au fonctionnement typique : le couvercle restant plus froid dans une utilisation classique assure la condensation des jus de cuisson, ce qui n'est plus le cas quand il est à la même température que le reste. Tous les fours ne sont, de plus, pas assez grands pour pouvoir accueillir un tajine, somme toute assez haut.

Quel que soit le mode de cuisson utilisé, il est impératif d'**éviter les changements brusques de température** afin de laisser le temps à la terre de se dilater (3 à 10 min. suivant le diamètre du plat).

Le processus de cuisson dans le tajine a lieu de l'intérieur vers l'extérieur. Disposez donc les ingrédients demandant une cuisson plus longue au centre. Concrètement, vous placerez la viande au milieu, avec les légumes autour.

**En fin de cuisson il est important de poser le plat chaud sur une surface appropriée (pas trop froide) afin d'éviter les chocs thermiques et de faire éclater votre tajine.**

*Des recettes, des infos, des découvertes et plus encore sur [www.clairdedune.over-blog.fr](http://www.clairdedune.over-blog.fr)*