

Cous cous con verduras y cordero

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Cordero

Vino Blanco: 1 L

Damascos secos: 200 g

Pimentón: 1 cda.

Aceite De Oliva: Cantidad necesaria

Salvia: 3 Hojas

Cilantro Picado: 2 cdas.

Comino: 1 cdita.

Patas de cordero deshuesada: 4 Unidad

Azafrán en hebras: 1 cdita.

Aceitunas verdes descarozadas: 200 g

Tomillo: 2 Ramas

Ajo: 2 Cabezas

Cúrcuma: 1 cdita.

Menta picada: 1 cda.

Sal y pimienta negra: A gusto

Vinagre de jerez: 1/2 Taza

Cous Cous con verduras

Berenjenas: 2 Unidades

Cebolla: 1 Unidad

Cous Cous: 700 g

Pimentón: 1 cda.

Chile rojo picante: 1 Unidad

Sal y Pimienta: A gusto

Aceite De Oliva: 1/2 Taza

Azafrán en polvo: 1 Cápsula

Morrón Rojo: 1 Unidad

Garbanzos: 250 g

Salsa picante: 1 cda

Cilantro Picado: 1 cda.

Jengibre en polvo: 1 cdita.

Jengibre raiz: 1 Unidad

Ajo: 4 Dientes

Nabo: 1 Unidad

Morrón Verde: 1 Unidad

Perejil picado: 1 cda.

Repollo blanco: 1/2 Unidad

Huesos de cordero: 1/2 k

Zanahorias: 3 Unidades

Zucchini: 2 Unidades

Preparación de la Receta

Cous cous con verduras

- Coloque el cous cous en una fuente, condimente con sal y humedezca con una taza de agua fría y aceite de oliva, mezcle con las manos hasta obtener una textura de arena húmeda.
- Deje reposar durante 30 minutos aproximadamente.
- Transcurrido el tiempo de reposo mezcle nuevamente el cous cous con las manos y agregue una taza de agua, luego envuélvalo en un paño y deje reposar nuevamente.
- Pele la *cebolla* y córtela en cuartos al igual que las zanahorias.
- Pele y corte el *nabo* en trozos y luego por la mitad.
- Corte al momento de utilizarlas las berenjenas y los zucchinis en rodajas gruesas.
- Corte el *repollo* blanco en trozos.
- Quite las semillas y las nervaduras del *morrón* rojo y verde y luego córtelos en trozos.
- Pique el *chile* rojo en fina *brunoise*.
- Pre cocine los garbanzos partiendo de agua fría.

Cordero

- Extienda las patas de **cordero** deshuesadas abiertas en mariposa y condimente con sal.
- Pique las aceitunas, los dientes de *ajo* y los damascos groseramente.
- Prepare la *marinada* colocando en un bowl las aceitunas, el *ajo*, aceite de oliva, los damascos secos, las hojas de salvia, *tomillo*, *cilantro*, la *menta*, *azafrán*, *pimentón*, *cúrcuma*, *comino* y *vinagre* de jerez, mezcle bien.

Armado

- En una *cacerola* con abundante agua fría coloque el *hueso* de *cordero*, *jengibre*, *ajo*, *jengibre* en polvo, *azafrán*, *pimentón*, *cebolla*, *zanahoria* y *nabo*, tape la *cacerola*, lleve al fuego, una vez que rompa hervor coloque encima una vaporera con el cous cous envuelto en el paño y cocine durante 10 minutos, transcurrido el tiempo de cocción, retírelo del paño, hidrátelo nuevamente con agua fría, mezcle, envuélvalo nuevamente en el paño y cocine durante 15 a 20 minutos mas al vapor.
- Cuando las verduras del caldo comience a ablandarse incorpore las berenjenas, los zucchinis, el *repollo* blanco y los morrones, siga cocinando durante 45 a 60 minutos más. Unos minutos antes de terminar la cocción del caldo incorpore los garbanzos.
- Tome las patas de *cordero* y unte del lado de la piel con aceite de oliva, luego acomódelas en una placa con la piel hacia abajo, cubra con la *marinada* y por ultimo incorpore en la fuente, no sobre las patas, el vino blanco, condimente con pimienta negra recién molida y cocine en horno moderado durante aproximadamente 45 minutos.
- Coloque en un recipiente la salsa picante junto con el *chile* picado y un poco de caldo caliente.
- Deje reposar el *cordero* fuera del horno 10 minutos y luego corte en láminas no muy finas.

Presentación

- Sirva en una fuente el *cordero* y acompañe con el cous cous con verduras y el caldo picante.