

Matériel, Préparation et Organisation

Tout préparer, pour cuisiner avec sérénité

MATÉRIEL ESSENTIEL

Tajine traditionnel en terre cuite
ou cocotte épaisse à défaut

Planche, couteau, cuillères en bois

Bol, passoire, spatule

Bon stockage pour préserver les saveurs



ORGANISER SES ÉTAPES

1

Préparer
les ingrédients

2

Assembler
dans le tajine

3

Cuisson lente
et douce

4

Repos, servir
et savourer

GAGNER DU TEMPS

Couper et mesurer à l'avance

Utiliser des légumes de saison prêts à l'emploi

Préparer les épices dans un petit bol

Tout regrouper avant de commencer

