



Receta de **Cocina libanesa**, Andrée
MAALOUF . Karim HAÏDAR
Página 112



Fotografía de Caroline Faccioli
MASBAHT-ELDARWISH

INGREDIENTES para 6 personas:

3 calabacines
3 berenjenas
3 patatas charlotte
3 tomates
3 zanahorias
2 cebollas
2 dientes de ajo
1 pimiento morrón
200 g de judías verdes
400 g de paletilla de cordero deshuesada
2 cucharadas soperas de *debs remane* (melaza de granada)
Aceite de sabor suave
Sal y pimienta negra

Preparación: 20 minutos

Dejar reposar en lugar fresco: 1 noche

Tiempo de cocción: 30 minutos a 35 minutos

La víspera

* Pelar las berenjenas, cortarlas en 2 a lo largo y, luego cada mitad en 4. Salarlas y dejarlas en lugar fresco en un colador para que escurran.

El día mismo

* Cortar los calabacines en 2 a lo largo, y luego la mitad en 4. Pelar las patatas y cortarlas en 3 o 4 trozos. Raspar las zanahorias y cortarlas en rodajitas.

* Freír 3 minutos en una cazuela o en una freidora los calabacines, la berenjenas, las patatas y las zanahorias. Reservar en papel de cocina para quitar el aceite que sobre.

* Pelar las cebollas y los ajos, quitar el germen a los ajos. Picar las cebollas y majar los ajos.

* Cortar el pimiento morrón como para juliana.

* Quitar los rabillos a las judías verdes.

* Pelar los tomates, quitarles las pepitas y cortarlos en 8.

* Calentar el horno a 180° C (termostato: 6).

* Cortar la carne en dados de 3 cm de lado. Echar un poco de aceite en una sartén y dorar la carne por todos los lados. Reservar.

* Sofreír en un poco de aceite las cebollas, los ajos y el pimiento morrón; añadir los tomates y salpimentar.

* Poner la carne y todas las verduras en una fuente de horno.

* Añadir agua a media altura y echar un chorrito de ***debs remane*** repartiéndolo por toda la superficie de la fuente.

* Tener en el horno 20 minutos.



* Servir recién sacado del horno.

Receta de **Cocina libanesa,** Andrée
MAALOUF . Karim HAÏDAR

Página 112