

Viande

AGNEAU A L'OSEILLE AIGRELETTE,

De nos champs

Recette pour 2, 3 personnes

Ingrédients :

1 épaule ou 1 cuisseau d'agneau, 5 gousses d'ail, 1 bouquet garni, 30 cl de bouillon de volaille corsé, 15 cl de vin blanc sec, 5 cl de vinaigre de cidre, 2 c. à s. de moutarde à l'ancienne
1 bouquet de persil, 60 g de mie de pain sèche, 1 bouquet d'oseille aigrelette
2 c. à s. de câpres, Beurre frais, Huile d'olive, Sel, poivre
Pommes de terre grenailles, Pois gourmands

Progression

Préchauffer le four à 200°C

Cuisson de l'épaule :

Colorer l'épaule sur toutes les faces dans de l'huile et du beurre moussoux
Ajouter autour les pommes grenaille, cinq gousses d'ail taillées en deux et le bouquet garni
Déglacer avec blanc et le vinaigre de cidre, réduire de moitié, ajouter ensuite le bouillon de volaille, le bouquet garni, ramener à ébullition et mettre au four à couvert pendant 30 mn environ, veiller à arroser régulièrement l'épaule en la retournant

Persillade :

Hacher le persil, la gousse d'ail et les câpres, effeuiller d'un peu de thym
Mélanger avec la mie de pain séchée
Sortir l'épaule du four, l'égoutter, réserver les pommes de terre et le jus de cuisson
Tartinier la chair avec la moutarde en vous aidant d'un pinceau avant de saupoudrer de persillade
Cuire les pois gourmands à l'eau salée et les refroidir pour garder un peu croquants
Chauffer au moment de servir.

Sauce :

Faire réduire le jus ; lorsque la sauce commence à devenir sirupeuse, ajouter les feuilles d'oseille puis des petits cubes de beurre et fouetter (monter au beurre)
Servir l'épaule sur un plat creux, arrosé de sauce, ajouter autour les pommes de terre et les pois gourmands.