

Carré d'Agneau du Pays Dignois

Rôti aux herbes de Provence,

Légumes de saison

Pour 6 personnes 30 min de préparation et 30 min de cuisson

- 1 carré d'Agneau pour 6 personnes
- 1 noix de beurre
- Du thym, du romarin de nos montagnes
- 6 cuillères à soupe d'Huile d'olive des Alpes de Haute Provence
- 2 cébettes
- 1 cuillère à soupe de fond de veau
- 10 cl de vin blanc de Pierrevert
- Pommes de terre rattes, haricots ...
- Sel poivre



1. Préparation et cuisson du carré d'Agneau :

Colorez à la poêle le carré d'agneau avec de l'ail écrasé, une noix de beurre, 4 cuillères à soupe d'huile d'olive.

Parsemez sur le dessus du carré votre thym et romarin, ainsi que la cébette finement ciselée.

Glissez-le dans un four à chaleur tournante chaud pendant 20 min à 180°C.

Après 10 min, sortez-le et déglacez avec le vin blanc. Ajoutez une louche de fond de veau et arrosez votre carré. Remettre au four pour les 10 min restantes et arrosez de nouveau en fin de cuisson. Réservez votre viande 5 à 10 min hors du four pour avoir une viande tendre.

2. Cuisson des légumes :

Placez vos légumes dans des casseroles d'eau chaude salées et surveillez les temps de cuisson de chacun.

3. Pour le dressage,

Repassez au four 2-3 minutes votre carré d'agneau afin de le servir chaud et arrosez-le de jus.

Disposez vos légumes chauds et délicatement arrosé d'huile d'olive.

Bon appétit !



Recette élaborée par PAYAN Frédéric, laCuisineaFéfé sur tous les réseaux sociaux.

D'autres recettes gourmandes tous les derniers lundi de chaque mois en collaboration avec l'Etal des 3 vallées à Digne, Fréquence Mistral, Haute Provence info et Haute Provence Gourmande

Fiche recette

Radio sur 99.3 Fm

Quotidien et Site

Page Facebook

