

CARRÉ D'AGNEAU PERSILLÉ

Plat de résistance pour 4 personnes

Ingrédients 2 carrés d'agneau (600 à 700 g chacun)
2 c. à soupe de moutarde forte

Mirepoix 1/2 carotte coupée en petits dés
1/2 oignon coupé en petits dés
2 gousses d'ail écrasées
2 branches de thym

Persillade 2 c. à soupe de persil haché
3 tranches de pain hachées finement
5 gousses d'ail hachées finement
2 c. à soupe de beurre température pièce ou beurre à l'ail
Mélanger tous les ingrédients ensemble

Sauce 1 tasse de fond de veau lié
1/2 tasse de vin blanc sec
1 c. à thé de persil haché finement
3 c. à soupe de tomates concassées

À savoir Pour un concassé de tomates : faire revenir dans l'huile d'olive 2 tomates moyennes coupées en dés, 1 c. à soupe d'oignon haché, 1 gousse d'ail hachée et 1 c. à thé de persil haché. Cuire jusqu'à évaporation de l'eau de végétation des tomates. Saler et poivrer. Réserver.



Méthode

À savoir Recouvrir les os avec du papier aluminium pour ne pas les brûler.
Mettre la moutarde forte sur les carrés d'agneau, saler et poivrer, saisir dans un peu de beurre et d'huile environ 5 minutes. Ajouter la mirepoix sous les carrés d'agneau et terminer la cuisson au four à 400F environ 10 minutes. Vous pouvez accompagner de tomates avec persillade (tomate provençale) avec les carrés durant la cuisson.

Retirer les carrés du four et dégraisser en conservant la mirepoix. Mettre sur le feu et mouiller avec le vin blanc sec, réduire au tiers. Ajouter le fond de veau et laisser réduire au tiers, passer la sauce au chinois et ajouter à la sauce 3 c. à soupe de tomates concassées. Chauffer 2 minutes environ et réserver.

Mettre la persillade sur les carrés d'agneau et mettre au four à broil afin d'obtenir une légère coloration uniforme.

Dressage

Sur une assiette de service avec comme accompagnement des pommes de terre parisiennes, des carottes nantaises, des tomates à la provençale et une branche de thym. Couper le carré en côtelettes et napper de sauce.