



Régalez-vous  
avec  
**l'Agneau**

## Agneau confit façon boulangère

Préparation  
25 minutes  
-  
Cuisson  
2 heures

### INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PERSONNES

- 4 épigrammes d'agneau désossées ou poitrine d'agneau - 4 tomates - 900 g de grosses pommes de terre - 4 branches de thym - 4 gousses d'ail rose - ¼ de litre de vin blanc - 80 g de beurre - Sel et poivre du moulin

- Préchauffer le four à 170° C (Th. 5-6).
- Couper l'agneau en morceaux, peler les gousses d'ail et les couper en deux, couper les tomates en tranches épaisses, peler les pommes de terre et les couper en fines rondelles.
- Beurrer un plat ou une cocotte en fonte, saler et poivrer le fond, ajouter un peu de thym et d'ail. Étaler une couche de pommes de terre et de tomates, la recouvrir de morceaux d'agneau, étaler le reste des pommes de terre, d'ail, de thym et de tomates et finir en ajoutant le reste d'agneau.
- Saler, verser le vin blanc, ajouter 2 verres d'eau et cuire 2 heures au four. Prolonger la cuisson si besoin, la viande et les pommes de terre doivent être fondantes sous la pointe d'un couteau.
- Servir bien chaud directement dans le plat de cuisson.

INTERBEVEUX / PHOTO : J.F. MALLET.



Régalez-vous  
avec  
**l'Agneau**

## Selle d'agneau à l'origan, pommes grenaille à la peau

Préparation  
25 minutes  
-  
Cuisson  
40 minutes

### INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 1 selle de gigot d'agneau d'environ 600 g - 800 g de pommes de terre grenaille - 1 c. à soupe d'origan séché - 4 c. à soupe d'huile d'olive - Sel et poivre du moulin

- Préchauffer le four à 180° C (Th. 6).
- Brosser les pommes de terre sous l'eau froide pour les nettoyer sans les éplucher, les essuyer et les disposer dans un plat, les arroser d'huile d'olive et les cuire au four.
- Au bout de 15 minutes, poser la selle d'agneau au milieu des pommes de terre et cuire 25 minutes de plus, toujours à 180° C.
- Lorsque les pommes grenailles sont cuites et dorées, la viande fondante et rosée, saupoudrer d'origan et mélanger.
- Servir la selle d'agneau coupée en tranches et accompagnée de ses pommes grenailles.

INTERBEVEUX / PHOTO : J.F. MALLET.



Régalez-vous  
avec  
**l'Agneau**

## Souris d'agneau rôtie au miel, à l'ail rose et au thym

Préparation  
20 minutes  
-  
Cuisson  
1h30

### INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

4 souris d'agneau - 5 gousses d'ail rose - 5 branches de thym frais - 4 c. à soupe de miel liquide - 2 c. à d'huile d'olive - Sel et poivre du moulin

- Préchauffer le four à 180° C (Th. 6).
- Disposer les souris d'agneau dans un plat, les arroser avec l'huile d'olive, les saler, les poivrer et les cuire 1 h au four en les arrosant régulièrement avec le jus de cuisson.
- Peler l'ail, l'émincer et l'ajouter aux souris d'agneau avec le thym et le miel, poursuivre la cuisson 30 minutes en arrosant souvent pour bien caraméliser les souris d'agneau.
- Servir les souris d'agneau nappées du jus de cuisson et accompagnées d'un gratin de pomme de terre.

INTERBEVEUX / PHOTO : J.F. MALLET.



Régalez-vous  
avec  
**l'Agneau**

## Tagine d'agneau au citron confit

Préparation  
40 minutes  
-  
Cuisson  
1h20

### INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PERSONNES

1 épaule d'agneau désossée et coupée en morceaux - 2 grosses aubergines - 1 gros oignon - 2 gousses d'ail - 8 branches de coriandre - 4 citrons confit - 4 c. à soupe de miel liquide - 1 c. à café de cumin en poudre - 4 c. à soupe d'huile d'olive - Sel et poivre du moulin

- Laver la coriandre, la sécher et la hacher grossièrement, peler l'oignon et l'émincer, éplucher l'ail et le presser, couper les citrons confits en quatre et retirer une partie de la pulpe, couper les aubergines en cubes.
- Chauffer une cocotte ou un plat à tagine avec l'huile, colorer les morceaux d'agneau quelques minutes à feu vif, ajouter l'oignon, l'ail, les citrons confits, les aubergines et le cumin, mélanger, saler et poivrer, baisser le feu et ajouter le miel, laisser caraméliser, verser 1 verre d'eau tiède, couvrir et cuire 1 h 20 à feu très doux.
- Servir le tagine d'agneau accompagné de quinoa ou d'une semoule au beurre.

INTERBEVEUX / PHOTO : J.F. MALLET.