

Navarin d'agneau printanier au bordeaux et aux légumes glacés

INGREDIENTS

Pour 2 personnes

- 0.500 gr d'agneau (Cellier, Epaule)
- 1 bouteille de Bordeaux 12°C
- 1 carotte
- 1 échalote
- 1 cuillère à café bien pleine de concentré de tomate
- Ail
- Thym, laurier
- Huile d'olive

Bien faire revenir les morceaux d'agneau dans l'huile d'olive (réserver).

Faire revenir ensuite les carottes et l'échalote en Brunoise (petit dès).

Remettre les morceaux dans la cocotte et ajouter le concentré de tomate avant de mouiller à hauteur avec le bordeaux. Ajouter Thym, laurier, et laisser cuire dans le vin quelques minutes à couvert. Remouiller à hauteur avec un peu d'eau salée, poivre, et ainsi de suite jusqu'à la fin de la cuisson : 1h15 si l'agneau est tendre. Sortir les morceaux, laisser réduire la sauce ou lier si nécessaire.

Passer la sauce ou mixer (sans thym et laurier) et rajouter une noisette de beurre avant de servir.

Légumes glacés

INGREDIENTS

Pour 2 personnes

- 1 carotte
- 1 courgette
- ½ navet
- 1 pomme de terre
- 100 g de beurre
- 20 g de sucre
- Thym, laurier
- 30 cl eau
- Sel, poivre

Tourner les légumes.

Dans 4 récipients allant sur le feu, mettre 30 cl d'eau, répartir le beurre, le sucre, thym, laurier, sel, poivre et porter doucement à ébullition.

Mettre à cuire les légumes dedans et couvrir avec un bout de papier d'aluminium. Pour les carottes et navets attendre qu'il n'y ait presque plus d'eau (pour qu'ils soient réellement glacés). Pour cuire les courgettes, navets réduire la quantité d'eau, piquez pour voir la cuisson.

Servir autour de l'assiette avec le navarin au centre.