

*Agneau*

# Fricassée de ris d'agneau aux girolles



<b>13h30</b>	<b>13h</b>	<b>30 min</b>	<b>0</b>	<b>299</b>
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

 Ingrédients  
pour 4 personnes

## Ingrédients pour la fricassée

600 g **Ris d'agneau**  
 400 g **Girolle(s)**  
 20 cl **Fond d'agneau**  
 20 cl **Vinaigre d'alcool blanc**  
 5 cl **Vinaigre de Xérès**  
 1 **Huile d'olive**  
 30 g **Beurre**  
 0 **Sel**  
 2 pincée(s) **Gros sel**  
 1 **Poivre**  
 1 **Glaçon(s)**

### Étape 1

Trempage des ris d'agneau

- 1 Mettre les ris dans un saladier et les rincer à l'eau claire jusqu'à ce que l'eau soit transparente.
- 2 Les laisser dans le saladier d'eau claire, ajouter le vinaigre blanc et laisser reposer durant douze heures au réfrigérateur pour les faire dégorger.

### Étape 2

Préparation des ris d'agneau

- 1 Sortir ensuite les ris et les égoutter sur une assiette.
- 2 Les placer dans une grande casserole et les recouvrir d'eau froide. Ajouter le gros sel et mettre sur le feu. Prévoir un saladier d'eau froide avec des glaçons.
- 3 Lorsque l'eau est à ébullition, couper le feu et à l'aide d'une écumoire sortir et plonger les ris dans le saladier d'eau glacée pendant 3 minutes.
- 4 Sortir les ris de l'eau et les sécher. A l'aide d'un couteau d'office, éplucher légèrement toutes les petites peaux blanches ainsi que les parties grasses. Réserver.

### Étape 3

## Préparation des girolles

- 1 Nettoyer les girolles en les passant très rapidement dans de l'eau légèrement tiède pour en retirer la terre. Couper le pied à l'aide d'un couteau d'office si nécessaire.
- 2 Les tailler en deux et les réserver dans un saladier.

### Étape 4

#### Cuisson

- 1 Faire chauffer une poêle avec de l'huile d'olive. Lorsque l'huile est bien chaude, sauter rapidement les girolles une première fois durant une minute et les égoutter dans la passoire.
- 2 Essuyer la poêle et la remettre à chauffer avec de l'huile d'olive. Assaisonner les ris de sel fin et les saisir sur toutes les faces.
- 3 Lorsqu'ils sont bien dorés ajouter le beurre. Attendre qu'il soit bien moussant et arroser les ris pour terminer la cuisson, le but étant de les rendre croustillants.
- 4 Les sortir de la poêle et les garder au chaud sur une assiette.
- 5 Dans la même poêle avec la même graisse, sauter une deuxième fois les girolles pour terminer la cuisson et les ré-égoutter dans la passoire.
- 6 Jeter la graisse et remettre la poêle sur le feu. Déglacer avec le vinaigre de xérès, ajouter le fond d'agneau et le réduire un peu pour qu'il épaississe.

### Étape 5

#### Dressage

- 1 Une fois le fond devenu nappant, remettre dedans les girolles et les ris d'agneau. Les réchauffer et les lier ensemble.
- 2 Dresser et servir bien chaud. Mettre un tour de moulin à poivre avant de déguster.