

Agneau

Noisette d'agneau à la crème d'ail



1h05 **40 min** **25 min** **0** **581**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation des noisettes d'agneau

- 1 Découper le filet d'agneau en rondelles puis les aplatir à l'aide d'un couteau à lame large. Réserver.
- 2 Peler et dégermer l'ail.

Étape 2

Préparation du mille-feuille de tomate et de courgette

- 1 Préchauffer le four à 210°C(Th.7)
- 2 Couper la courgette en fines rondelles. Réserver.
- 3 Enlever le pédoncule des tomates et les couper en rondelles. Réserver.
- 4 Ciseler la ciboulette. Réserver.
- 5 Placer le cercle à bavaois sur un morceau de papier sulfurisé.
- 6 Mettre une rondelle de tomate au fond du cercle à bavaois.
- 7 Saler et poivrer.
- 8 Ajouter quelques rondelles de courgette.
- 9 Parsemer de parmesan râpé.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour l'agneau

640 g **Noisette(s) d'agneau**

Ingrédients pour le millefeuille tomate courgette

2 **Tomate(s)**
2 **Courgette**
80 g **Parmesan**
60 ml **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour la sauce

15 **Gousse(s) d'ail**
20 cl **Crème liquide (fleurette)**
0.25 botte(s) **Ciboulette**

- 10 Ajouter une rondelle de tomate, saler et poivrer.
- 11 Continuer le montage du mille-feuille avec des courgettes et du parmesan.
- 12 Renouveler l'opération en finissant avec les rondelles de courgette disposées en éventail.
- 13 Appuyer avec la paume de la main pour tasser le mille-feuille. Saupoudrer de parmesan.
- 14 Placer le mille-feuille sur la plaque de cuisson, ajouter un filet d'huile d'olive.
- 15 Enfourner à 210°C (Th.7) pendant 20 minutes.

Étape 3

Blanchiment de l'ail

- 1 Verser l'ail dans une casserole et couvrir d'eau froide. Porter à ébullition.
- 2 Quand l'eau bout, sortir la casserole du feu et égoutter l'ail à l'aide d'un chinois. Puis rincer avec de l'eau froide.
- 3 Remettre l'ail dans la casserole.
- 4 Ajouter la crème et mettre la casserole sur le feu.
- 5 Saler, poivrer et laisser frémir sur feu moyen pendant 10 minutes.
- 6 La crème d'ail est cuite lorsque les gousses d'ail se détachent facilement après avoir été piquées avec la pointe d'un couteau.

Étape 4

Cuisson des noisettes d'agneau

- 1 Mettre une poêle à chauffer.
- 2 Saler les noisettes d'agneau puis les mettre dans la poêle bien chaude. Poivrer.
- 3 Laisser cuire pendant 5 minutes en les retournant à l'aide d'une pince. La viande doit rester rosée. Réserver.
- 4 Sortir les mille-feuilles du four.

Étape 5

Finition de la sauce

- 1 Mixer l'ail et la crème dans un mixeur. La verser dans la casserole.
- 2 Ajouter la ciboulette ciselée et mélanger.

Étape 6

Dressage

- 1 Enlever le papier sulfurisé du mille-feuille et le poser sur une assiette.
- 2 Verser la crème d'ail autour du mille-feuille.
- 3 Placer quelques noisettes d'agneau sur la sauce.
- 4 Démouler le mille-feuille. Servir.