



Agneau

Epaule d'agneau confite, crème d'ail



1h40 **20 min** **1h20** **0** **779**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour l'épaule d'agneau confite

1 kg **Epaule(s) d'agneau**
200 g **Gousse(s) d'ail**
200 g **Crème fraîche
épaisse**
50 ml **Huile d'olive**
200 ml **Eau**
1 **Poivre noir**
1 **Sel**
1 branche(s) **Thym**

Étape 1

Préparation et cuisson de l'agneau

- 1 Préchauffer le four à 175°C (Th.6)
- 2 Eplucher les gousses d'ail.
- 3 Mettre l'agneau, l'huile d'olive, la moitié de l'eau, les gousses d'ail, le thym, le poivre et le sel dans une cocotte allant au four. Couvrir.
- 4 Faire cuire pendant 1h15 en mélangeant de temps en temps. Ajouter un fond d'eau si nécessaire.

Étape 2

Préparation de la crème d'ail

- 1 Sortir la cocotte du four.
- 2 Mettre l'agneau de côté dans un autre plat, le couvrir avec un papier aluminium. Laisser le jus et les gousses d'ail dans la cocotte.
- 3 Verser la crème fraîche dans la cocotte, mélanger, puis mixer le tout avec un mixeur plongeant.
- 4 Passer la crème dans un chinois posé sur un saladier. Ajouter le restant d'eau.

Étape 3

Dressage du plat

- 1 Remettre l'agneau dans la cocotte, puis verser la crème d'ail.
- 2 Faire chauffer à feu doux et éteindre dès l'ébullition. Servir sans attendre.