

Agneau

Brochettes d'agneau au romarin



1h30 **20 min** **10 min** **1h** **413**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Brochettes

500 g **Filet(s) d'agneau**
8 branche(s) **Romarin**
1 **Poivron(s)**
2 **Citron(s)**

Marinade

3 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Citron(s)**
1 branche(s) **Romarin**
2 branche(s) **Thym**
2 **Gousse(s) d'ail**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation de la marinade

- 1 Presser le jus de citron.
- 2 Couper la viande en cubes réguliers.
- 3 Les déposer dans un saladier et les arroser d'huile d'olive et de jus de citron. Assaisonner de sel, de poivre et de thym effeuillé.
- 4 Effeuer également le romarin en gardant le "plumet" au bout de la branche pour que ce soit plus esthétique.
- 5 Eplucher et hacher l'ail.
- 6 Ciseler les feuilles de romarin et les ajouter dans la marinade. Ajouter l'ail haché, remuer et couvrir de film alimentaire.
- 7 Laisser reposer 1 heure au réfrigérateur.

Étape 2

Montage des brochettes

- 1 Couper le poivron rouge en carrés de la même taille que les cubes de viande.
- 2 Couper les citrons en deux dans le sens de la longueur et les tailler ensuite en demi-lunes.

Couper en biseau l'extrémité de chaque tige de romarin

- 3 afin de pouvoirembrocher la viande. Si celle-ci n'est pas assez tendre, percer chaque morceau d'agneau avec la pointe d'un couteau.
- 4 Embrocher la viande sur les tiges de romarin en alternant avec les morceaux de poivron et de citron.

Étape 3

Cuisson

- 1 Faire chauffer le barbecue. Faire griller les brochettes pendant 10 minutes, en les retournant souvent et en les arrosant de jus de marinade.
- 2 Servir les brochettes immédiatement.