



Agneau

Steak de gigot, crème d'ail



25 min 15 min 10 min

0

481

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISON

REPOS

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

600 g **Gigot(s) d'agneau**
4 **Gousse(s) d'ail**
20 cl **Crème liquide (fleurette)**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation du steak de gigot, crème d'ail

- 1 Découper le gigot en tranches épaisses.
- 2 Il faut obtenir une tranche par personne.
- 3 Eplucher les gousses d'ail.
- 4 Faire bouillir de l'eau dans une casserole.
- 5 Quand l'eau bout, ajouter les gousses d'ail et laisser les blanchir cinq minutes.
- 6 Au bout de cinq minutes, les retirer de la casserole et les mettre dans le blender.
- 7 Ajouter la crème dans le blender et mixer le tout, réserver.
- 8 Faire chauffer une poêle à feu vif et y mettre l'huile.
- 9 Quand l'huile fume, y mettre les steaks d'agneau.
- 10 Les assaisonner avec du sel et du poivre puis laisser cinq minutes à peine de chaque côtés.

Étape 2

Dressage

- 1 Servir avec la crème d'ail.