François Pasteau

Agneau

Poêlée de ris d'agneau, julienne de céleri et carotte au carvi

1h50	30 min	20 min	1h	520
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les ris d'agneau

- 700 g **Ris d'agneau**
- 20 g **Beurre**
- 2 cl **Huile d'olive**
- 100 **Farine**
- 1 **Sel**
- 1 **Poivre**
- 1 **Gros sel**

Ingrédients pour la julienne de légumes

- 500 g **Céleri-Rave**
- 3 **Carotte(s)**
- 1 c. à café **Carvi en poudre**
- 2 cl **Huile d'olive**
- 1 cl **Vermouth blanc**
- 1 **Sel**

Étape 1

Préparation des ingrédients

1. Dans un saladier contenant les ris d'agneau, verser de l'eau à hauteur et ajouter du gros sel. Réserver au réfrigérateur pendant 1 heure.
2. Après 1 heure, sortir les ris du réfrigérateur. Les égoutter dans une passoire puis les transvaser dans une casserole.
3. Verser de l'eau dans la casserole puis allumer le feu et porter à ébullition.
4. A ébullition, retirer l'écume blanche qui se trouve à la surface de l'eau avec une louche.
5. A l'aide d'une écumoire, transvaser les ris d'agneau dans un saladier d'eau glacée.
6. Egoutter les ris dans une passoire. Recouvrir le fond d'un plat avec un torchon puis disposer les ris dessus. Refermer le linge sur les ris et poser un poids dessus pour les compresser. Réserver au réfrigérateur pendant 15 minutes.
7. Sortir les ris du réfrigérateur puis à l'aide d'un couteau d'office, retirer la membrane qui les entoure. Réserver

sur un assiette et assaisonner de poivre et de sel sur les deux faces.

8 Verser de la farine dans une assiette creuse et disposer les ris d'agneau dedans. Tapoter pour enlever l'excédant.

Étape 2

Préparation des légumes

1 Avec un économe, éplucher les carottes. Couper les extrémités avec un couteau d'office. Réserver.

2 Eplucher le céleri avec un couteau éminceur et le couper en deux. Réserver.

3 Avec une mandoline tailler une julienne de céleri. Réserver dans un saladier puis réaliser la même opération avec les carottes. Réserver dans un saladier également.

4 Mettre une casserole sur feu vif avec un filet d'huile d'olive. Lorsqu'elle est chaude, verser la julienne de céleri et de carotte. Mélanger avec une spatule.

5 Ajouter le carvi et mélanger. Lorsque les légumes sont cuits mais encore croquants, verser le vermouth. Mélanger et ôter la casserole du feu.

Étape 3

Cuisson des ris d'agneau

1 Faire chauffer une poêle avec un filet d'huile d'olive. Lorsque l'huile est chaude, ajouter une noix de beurre.

2 Une fois le beurre fondu, ajouter les ris d'agneau. Les faire dorer sur toutes leurs faces en les retournant avec une pince de cuisine.

3 Quand ils sont suffisamment dorés, débarrasser les ris sur un papier absorbant.

Étape 4

Dressage

1 Vérifier l'assaisonnement des légumes et rectifier si nécessaire.

2 Disposer un emporte-pièce dans une assiette puis dresser la julienne de légumes dedans. Ôter le cercle et disposer les ris sur la julienne. Servir aussitôt.