

*Agneau*

Selle d'agneau aux herbes, mini légumes et purée de châtaignes, sauce romarin

**5h**

TEMPS TOTAL

1h

PRÉPARATION

3h45

CUISSON

15 min

REPOS

826

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes**Préparation de la farce à herbes**

1 kg **Oignon(s)**
2 botte(s) **Persil plat**
2 botte(s) **Cerfeuil**
2 botte(s) **Ciboulette**
1 **Sel**
1 **Poivre**
10 g **Beurre**

Préparation des selles d'agneau

1.2 kg **Selle(s) d'agneau**
10 g **Beurre**

Sauce au romarin

2 **Carotte(s)**
500 g **Oignon(s)**
1 botte(s) **Romarin**
15 g **Beurre**
1 c. à soupe **Huile d'arachide**

Étape 1**Préparation de la farce à herbes**

- 1 Eplucher les oignons avec un couteau d'office, les ciseler avec un couteau éminceur.
- 2 Equeuter le persil, ciseler les feuilles avec un couteau éminceur. Réserver dans un bol.
- 3 Equeuter le cerfeuil, ciseler finement les feuilles avec un couteau éminceur. Réserver avec le persil.
- 4 Ciseler finement la ciboulette, la réserver avec les autres herbes.
- 5 Faire chauffer une poêle avec du beurre. Lorsqu'il mousse, ajouter les oignons et les faire revenir sans coloration.
- 6 Ajouter les herbes, assaisonner de sel et de poivre et débarrasser. Réserver au réfrigérateur.
- 7 Une fois refroidie, sortir la préparation du réfrigérateur. Confectionner des petits boudins de 8mm de diamètre, de la même longueur que la selle d'agneau.
- 8 Envelopper les boudins dans du film alimentaire, les réserver au congélateur jusqu'à ce qu'ils durcissent.

Étape 2

Préparation des selles d'agneau

- 1 Lever les filets des selles d'agneau avec un couteau à désosser, réserver les os pour la préparation de la sauce.
- 2 Faire un trou de l'épaisseur des boudins dans les filets d'agneau à l'aide d'un lardoir.
- 3 Lorsque les boudins sont congelés, les enfiler dans les filets d'agneau. Réserver sur une assiette.

Étape 3

Préparation de la sauce au romarin

- 1 Concasser les os des selles à l'aide d'un couteau de cuisine.
- 2 Eplucher les carottes avec un économe, les tailler en mirepoix avec un couteau éminceur.
- 3 Eplucher les oignons avec un couteau d'office, les tailler en mirepoix avec l'éminceur.
- 4 Faire chauffer une cocotte avec de l'huile d'arachide. Lorsqu'elle est chaude, ajouter les os et les faire colorer pendant quelques minutes.
- 5 Ajouter ensuite les carottes et les oignons, les faire revenir avec une cuillère en bois.
- 6 Recouvrir le tout avec de l'eau à hauteur, laisser cuire pendant 1h30 sur feu moyen.
- 7 Passer la préparation au chinois et remettre sur feu vif pour faire réduire de moitié.
- 8 Ensuite, équeuter le romarin, le mettre à infuser dans la sauce pendant 30 minutes sur feu doux.
- 9 Passer de nouveau la sauce au chinois puis remettre sur feu doux. Ajouter le beurre et mélanger à la spatule. Réserver.

Étape 4

Préparation de la farce ratatouille

- 1 Ciseler très finement les poivrons verts, jaunes et rouges en petits dés avec l'éminceur.
- 2 Eplucher les échalotes avec un couteau d'office, les ciseler avec un couteau éminceur.
- 3 Ciseler la ciboulette avec un couteau éminceur, la réserver dans un bol.
- 4 Faire chauffer une poêle avec du beurre. Lorsqu'il mousse, ajouter les poivrons et les échalotes.
- 5 Assaisonner de sel et de poivre, ajouter 1/3 de la ciboulette. Laisser fondre les légumes sur feu doux. Réserver.

Étape 5

Préparation de la farce à la tomate

- 1 Faire chauffer une casserole d'eau et porter à ébullition.
- 2 A ébullition, plonger les tomates dans l'eau, compter 20

Préparation de la farce ratatouille

200 g **Echalote(s)**
1 **Poivron(s)**
1 **Poivron(s)**
1 **Poivron(s)**
2 botte(s) **Ciboulette**
10 g **Beurre**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Préparation de la farce tomate

100 g **Echalote(s)**
5 **Tomate(s)**
1 branche(s) **Thym**
1 **Sel**
1 **Poivre**
10 g **Beurre**

Préparation de la farce aubergine

2 **Aubergine**
1 branche(s) **Thym**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Préparation des mini-légumes

4 **Tomate(s)**
4 **Courgette**
4 **Mini-épi(s) de maïs**
4 **Poivron(s)**

Purée de châtaignes

250 g **Châtaigne**
30 cl **Lait demi-écrémé**
15 g **Beurre**

secondes.

- 3 A l'aide d'une écumoire, transvaser les tomates dans un saladier d'eau glacée.
- 4 Éplucher les tomates avec un couteau d'office, les couper en quatre et enlever leur pulpe.
- 5 Couper les quartiers de tomates en petits dés avec un couteau éminceur.
- 6 Éplucher les échalotes avec un couteau d'office, les ciseler finement avec l'éminceur.
- 7 Faire chauffer une poêle avec du beurre. Lorsqu'il mousse, ajouter les tomates, les échalotes et le thym.
- 8 Assaisonner de sel et de poivre, ajouter 1/3 de la ciboulette restante. Laisser cuire pendant 5 minutes puis réserver.
- 9 Il est possible de conserver la peau des tomates et de les faire frire afin de réaliser des chips pour la décoration.

Étape 6

Préparation de la farce d'aubergine

- 1 Préchauffer le four à 150°C (Th.5).
- 2 Couper les aubergines en deux avec un couteau éminceur.
- 3 Les déposer sur du papier aluminium, verser de l'huile d'olive et parsemer de thym.
- 4 Refermer la feuille d'aluminium, enfourner pendant environ 30 minutes.
- 5 Une fois les aubergines bien cuites, les sortir du four et enlever leur peau.
- 6 Ecraser la chair avec l'huile d'olive et le dernier tiers de ciboulette. Réserver.

Étape 7

Cuisson des mini-légumes

- 1 Faire chauffer une casserole d'eau, porter à ébullition.
- 2 A ébullition, plonger les tomates dans l'eau et compter 20 secondes.
- 3 A l'aide d'une écumoire, transvaser les tomates dans un saladier d'eau glacée. Les égoutter et les éplucher délicatement.
- 4 Couper le chapeau des tomates, les vider avec une petite cuillère et les remplir avec la farce d'aubergine. Réserver.
- 5 Faire chauffer une casserole d'eau, porter à ébullition.
- 6 Plonger les mini-courgettes, les laisser cuire pendant quelques minutes.
- 7 Lorsqu'elles sont cuites, les égoutter. Couper leur chapeau, les vider avec une cuillère et les remplir de farce à la tomate. Réserver.
- 8 Faire de nouveau chauffer une casserole d'eau et porter à ébullition.
Plonger les mini-poivrons dans l'eau, les laisser cuire.

- 9
- 10 Ôter également leur chapeau, les vider et les remplir avec la farce à la ratatouille. Réserver.
- 11 Pour finir, faire chauffer une casserole d'eau et porter à ébullition. Plonger les mini-maïs dedans et laisser cuire.
- 12 Vérifier la cuisson en plantant la lame d'un couteau dedans : les maïs sont cuits si la lame pénètre sans résistance.

Étape 8

Préparation de la purée de châtaignes

- 1 Verser le lait et les châtaignes dans une casserole, les faire cuire 10 à 15 minutes sur feu moyen.
- 2 Lorsque les châtaignes sont cuites, les transvaser dans le bol du blender à l'aide d'une écumoire.
- 3 Ajouter un peu de lait ayant servi à la cuisson et mixer.
- 4 Juger de la consistance après mixage, ajouter du lait si nécessaire.
- 5 Ajouter du beurre, mixer de nouveau, débarrasser et réserver au chaud.

Étape 9

Dressage

- 1 Faire chauffer une poêle avec du beurre et lorsqu'il mousse, faire revenir les filets d'agneau farcis.
- 2 Déposer chaque petit légume farci dans un plat allant au four, les réchauffer dans le four à 150°C (Th.5).
- 3 Couper chaque filet d'agneau en quatre, les dresser à la verticale sur le côté d'une assiette.
- 4 Déposer un emporte pièce au centre de l'assiette, dresser la purée de châtaignes dedans.
- 5 Déposer les mini-légumes réchauffés de l'autre côté de l'assiette par rapport aux morceaux d'agneau, leur remettre leur chapeau.
- 6 Décorer la purée de châtaignes avec les mini-maïs, éventuellement avec des chips de peau de tomates.
- 7 Verser la sauce sur l'ensemble de l'assiette puis servir.