



Agneau

Agneau au chocolat



1h10

10 min

1h

0

537

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

REPOS

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la viande

600 g **Epaule(s) d'agneau**
4 dl **Vin rouge**
1 **Oignon(s)**
1 **Bouquet garni**
30 g **Chocolat noir**
20 g **Beurre**
2 c. à café **Maïzena**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

1 **Cerfeuil**

Étape 1

Préparation et cuisson de l'agneau

- 1 Détailler l'épaule d'agneau en cubes de 5 cm x 5 cm.
- 2 Faire chauffer le beurre dans une sauteuse, faire dorer les morceaux d'agneau sur toutes les faces à l'aide de pinces de cuisine.
- 3 Eplucher l'oignon à l'aide d'un couteau d'office puis l'émincer grossièrement à l'aide d'un couteau éminceur.
- 4 Ajouter l'oignon émincé dans la sauteuse, saler et poivrer. Mélanger à l'aide d'une spatule.
- 5 Mouiller la préparation avec le vin.
- 6 Ajouter le bouquet garni.
- 7 Baisser le feu et couvrir. Laisser mijoter pendant 45 minutes.

Étape 2

Elaboration de la sauce chocolat

- 1 Sortir les morceaux d'agneau à l'aide des pinces de cuisine en laissant les morceaux d'oignon dans la sauteuse, les réserver sur une assiette.
- 2 Passer la sauce au chinois, la verser dans la sauteuse sur feu doux.

- 3 Délayer la maïzena avec un peu d'eau froide dans un bol. La verser dans la préparation.
- 4 Mélanger à l'aide d'une spatule pour lier la préparation. Ajouter le chocolat.
- 5 Lorsque la sauce est homogène, replacer les morceaux d'agneau dans la sauteuse.
- 6 Enrober la viande de sauce puis rectifier l'assaisonnement en sel et en poivre.

Étape 3

Dressage

- 1 Disposer les morceaux d'agneau dans un plat de service.
- 2 Effeuille le cerfeuil, en parsemer le plat et servir de suite.