

TAJINE D'AGNEAU AU RAISIN CARAMÉLISÉ

Sucré-salé

Préparation : 30 mn. Cuisson : 1 h 45.
Pour 4 personnes :

■ 1,2 kg d'épaule d'agneau désossée et coupée en morceaux
■ 1 gros oignon ■ 200 g de raisin blanc ■ 200 g de raisin noir
■ 60 cl de jus de raisin noir (sans sucre ajouté) ■ 2 c. à soupe de miel liquide ■ 30 g de sucre ■ 5 cl d'huile d'olive ■ 25 g de beurre
■ Sel, poivre du moulin

■ Épluchez et émincez l'oignon. Faites saisir les morceaux d'agneau dans une cocotte dans l'huile. Ajoutez l'oignon émincé, laissez fondre 5 mn sur feu moyen.

■ Versez le miel sur la viande, enrobez-la bien et laissez légèrement caraméliser. Versez le jus de raisin dans la cocotte. Salez, poivrez, portez à ébullition, et complétez avec de l'eau à hauteur de la viande.

■ Couvrez la cocotte, laissez cuire 1 h 15 à 1 h 30 sur feu doux en remuant régulièrement. Ajoutez un peu d'eau dans la cocotte en fin de cuisson si nécessaire.

■ Pendant ce temps, lavez et détachez les grains de raisin.

■ 20 mn avant la fin de cuisson de la viande, faites fondre le beurre dans une poêle. Quand il crépite, jetez les grains de raisin dedans. Saupoudrez-les de sucre, puis faites-les rouler dans la poêle pendant 4 à 5 mn sur feu vif pour qu'ils caramélisent légèrement.

■ Ajoutez les grains de raisin dans la cocotte avec la viande, laissez mijoter.

■ Dégustez bien chaud.

Notre conseil vin : un paillard.

PARMENTIER D'AGNEAU ET POTIRON AUX PRUNEAUX

Automnal

Préparation : 45 mn. Cuisson : 1 h 45. Pour 4 personnes :

■ 1 kg d'épaule d'agneau coupée en petits morceaux ■ 8 gros pruneaux moelleux ■ 1 oignon ■ 5 cl de sirop d'érable ou de miel ■ 30 g de cerneaux de noix ■ 40 cl de vin rouge ■ 600 g de potiron ■ 100 g de beurre ■ 5 cl d'huile d'olive ■ 80 g de chapelure ■ 1 petite branche de romarin ■ Sel, poivre du moulin

■ Épluchez et hachez l'oignon.

■ Faites saisir les morceaux de viande dans une cocotte dans l'huile d'olive. Ajoutez l'oignon, laissez-le fondre 3 mn sur feu moyen. Ajoutez le sirop d'érable. Laissez légèrement caraméliser, puis versez le vin rouge. Portez à ébullition, ajoutez un grand verre d'eau, le romarin, du sel et du poivre. Couvrez la cocotte, laissez cuire 1 h sur feu doux.

■ Pendant ce temps, épluchez et coupez le potiron en morceaux. Faites-le cuire 25 mn dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-le puis mixez-le dans le bol d'un robot avec 80 g de beurre.

■ Dénoyautez et coupez les pruneaux en morceaux.

Hachez grossièrement les noix.

■ Au bout d'1 heure de cuisson de la viande, ajoutez les morceaux de pruneau et les noix, laissez cuire encore 15 à 20 mn.

■ Laissez tiédir la viande puis effilochez-la grossièrement.

■ Retirez la branche de romarin du jus de cuisson, faites réduire le jus avec les pruneaux et les noix, mélangez le tout avec la viande.

■ Préchauffez le four à 180°C. Répartissez la viande dans le fond d'un plat à gratin ou de quatre grands ramequins individuels.

■ Couvrez avec la purée de potiron, saupoudrez la surface de chapelure et déposez le reste du beurre en petits morceaux dessus.

■ Faites gratiner le parmentier pendant 20 à 25 mn au four. Sortez-le du four et servez aussitôt.

Notre conseil vin : un cahors.

POITRINE D'AGNEAU RÔTIE AU CARVI, ENDIVES À L'ORANGE

Parfumé

Préparation : 40 mn. Cuisson : 1 h 30. Pour 4 pers. :

■ 750 g de poitrine d'agneau désossée (épigramme) ■ 2 oignons ■ 2 c. à soupe de carvi ■ 4 grosses endives ■ 10 cl de jus d'orange ■ 30 g de sucre ■ 30 g de beurre ■ 10 cl d'huile d'olive ■ Sel, poivre

■ Épluchez et hachez les oignons. Faites-les fondre 10 mn dans 5 cl d'huile d'olive dans une poêle, salez, poivrez. Ajoutez les graines de carvi et 10 cl d'eau. Laissez cuire encore 10 à 15 mn sur feu doux pour que le tout soit confit, laissez refroidir.

■ Préchauffez le four à 200°C. Déposez les morceaux de poitrine à plat sur le plan de travail. Assaisonnez-les puis répartissez les oignons confits au carvi sur toute la surface de la viande. Roulez les morceaux de viande et ficellez-les fermement. Déposez-les dans un plat, arrosez-les avec le reste de l'huile d'olive.

■ Placez le plat au four. Laissez cuire 15 mn puis baissez le thermostat à 160°C. Continuez la cuisson 30 à 35 mn.

■ Pendant ce temps, coupez les endives en deux dans la longueur retirez le trognon. Faites-les dorer 5 mn dans une poêle dans le beurre. Arrosez-les avec le jus d'orange, saupoudrez-les de sucre, complétez avec 10 cl d'eau, salez, poivrez. Couvrez avec une feuille de papier sulfurisé, laissez-les cuire 20 mn, sur feu moyen, en les retournant à mi-cuisson.

■ Une fois que les endives sont cuites, retirez le papier, augmentez le feu puis faites réduire le jus de cuisson sur feu vif en enrobant les endives dedans, gardez-les au chaud.

■ Sortez les poitrines roulées du four, enveloppez-les dans une feuille de papier aluminium, laissez-les reposer 15 mn.

■ Retirez les ficelles, tranchez-les, servez avec les endives confites.

Notre conseil vin : un crozes-hermitage rouge.

