

Selle d'agneau au citron

Préparation : 15 mn

Cuisson : 1 h 15 à 1 h 30

Les ingrédients pour 4 personnes :

1 selle d'agneau (1,2 kg)
2 citrons
500 g de fonds d'artichauts congelés
4 échalotes
2 gousses d'ail
1 tablette de bouillon de volaille
6 brins de coriandre
1 c à s de vinaigre balsamique
2 c à s d'huile d'olive
30 g de beurre
Sel et poivre du moulin

Désosser la selle d'agneau ou la faire désosser par le boucher, et la couper en morceaux. Délayer la tablette de bouillon de volaille dans 15 cl d'eau bouillante.

Peler et hacher les échalotes et l'ail et les faire revenir dans l'huile et le beurre dans une cocotte sur feu doux. Mettre les morceaux d'agneau dans la cocotte et les faire dorer de tous côtés.

Brosser les citrons sous l'eau chaude, les essuyer et les couper en tranches. Mettre ces tranches dans la cocotte une fois l'agneau doré, ajouter sel, poivre, bouillon de volaille et les artichauts. Couvrir à demi (j'ai couvert complètement devant le peu de liquide) et laisser mijoter 1 h environ. Puis continuer la cuisson en retirant le couvercle et faire réduire le jus de cuisson en remuant délicatement si nécessaire. En fin de cuisson, il faut que la viande soit tendre, ajouter la coriandre ciselée, rectifier l'assaisonnement et ajouter le vinaigre balsamique. Servir aussitôt.

Vin conseillé : un côtes-de-Provence rouge

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>