

Tapas costilla de cordero



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 1 couverts

Référence	Ingrédients	Quantité
25584	Carré d'agneau à la française 400/600 g	70 Gramme
30146	Pointes d'asperges vertes 1 kg	20 Gramme
	Vin rouge	0.1 Litre
	Huile d'olive	0.1 Litre
	Chips de légumes, oignons frits	PM
	Sel, poivre, piment d'espelette	PM

Etapas de préparation

- 1 Mettre en décongélation le carré d'agneau dans son emballage sous vide d'origine 24h avant l'utilisation à 0/+3°C selon la méthode HACCP.
- 2 Retirer la viande de l'emballage puis égoutter avant de trancher chaque côté à l'aide d'un couteau éminceur.
- 3 Mettre les côtelettes d'agneau en marinade dans un mélange vin rouge/huile d'olive et laisser mariner 2h environ.
- 4 Bien égoutter la viande puis la saisir très fortement à la plancha à la cuisson désirée. Assaisonner (sel/poivre), puis saupoudrer de piment d'Espelette.
- 5 Dressage: servir avec chips de légumes, oignons frits et pointes d'asperges croquantes.

Pour apporter encore plus de caractère à la viande d'agneau, il est possible de frotter le carré à l'ail avant de le détailler.

Jean-Marc Cluzeau, conseiller culinaire PassionFroid