

Carré d'agneau bouquetière printanière mentholée



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 10 couverts

Référence	Ingrédients	Quantité
25584	Carré d'agneau à la française 400/600 g	5 Pièce
54776	Fonds d'artichauts 1 kg	10 Pièce
66591	Asperges vertes 1 kg	300 Gramme
237611	Petits pois doux très fins CE2 2,5 kg Minute Bonduelle	500 Gramme
	Gousse d'ail	10 Pièce
	Bouillon de volaille	0.5 Litre
	Sachets de thé à la menthe	3 Pièce
	Huile d'olive	PM
	Anis en poudre	PM
	Sel	PM
	Poivre	PM

Etapas de préparation

- 1 Mettre en décongélation le carré d'agneau entre 4 et 6h avant utilisation
- 2 Marquer les carrés à la poêle avec de l'huile d'olive
- 3 Assaisonner avec du sel, poivre et de l'anis en poudre
- 4 Finir la cuisson désirée au four à chaleur sèche à 180°C
- 5 Préparation de la bouquetière : poêler les fonds d'artichauts et finir la cuisson au four. Pocher les petits pois et les asperges dans un bouillon aromatisé avec les sachets de thé et les gousses d'ail
- 6 Repasser le tout à l'huile d'olive pour apporter brillance et arôme

Carré d'agneau bouquetière printanière mentholée

L'astuce du chef

Pour éviter que la viande saigne, ne pas la saler. Apporter du poivre qui est un coagulant

Jean-Marc Cluzeau, conseiller culinaire PassionFroid