



Les plats principaux

Gigot d'agneau cuit au vin avec haricots verts et pommes de terre rôties

Pour 4 personnes.

Ingrédients

1 gigot d'agneau
600 grammes de haricots verts
1 citron (épluchure râpée)
1 kilogramme grenailles
6 gousses d'ail
4 échalotes
200 millilitres de bouillon de boeuf
20 grammes de pecorino (râpé)
300 millilitres de vin rouge
1 tiret de vinaigre
2 cuillères à soupe ras-el-hanout
2 feuilles de laurier
noix de muscade
3 brins romarin
3 brins thym
farine
huile d'olive
beurre
poivre
sel

Méthode de préparation

Badigeonnez le gigot avec le ras el hanout, du poivre et du sel. À l'aide d'un couteau bien aiguisé, faites des entailles quadrillées sur le dessus du gigot d'agneau, à travers la peau. Saupoudrez avec le pecorino. Coupez les gousses d'ail en tranches et faites de petites touffes de brins de romarin et de thym. Remplissez les entailles avec les tranches d'ail, le romarin et le thym. Enveloppez bien le gigot d'agneau dans du papier d'aluminium et laissez-le reposer toute la nuit au frigo.

Retirez le gigot du frigo 1 heure avant la préparation et laissez-le venir à température ambiante. Préchauffez le four à 190 °C. Faites bien dorer le gigot dans beaucoup de beurre. Placez ensuite la viande dans un plat à rôtir et ajoutez le bouillon et le vin rouge. Épluchez les échalotes, coupez-les en deux et ajoutez-les avec la feuille de laurier. Placez le plat à rôtir au four pendant 1 heure jusqu'à ce que la viande soit rosée (ou ait une température à coeur d'environ 65 °C). Couvrez d'une feuille d'aluminium si la viande brunit trop.

Cuisez les grenailles 8 minutes dans de l'eau bouillante salée. Versez l'eau et laissez-les bien égoutter. Saupoudrez-les d'un peu de farine en les secouant pour qu'elles en soient bien couvertes. Faites chauffer un bon filet d'huile d'olive. Versez les pommes de terre dans un plat à four et versez-y l'huile d'olive chaude. Enfourez 15 minutes. Retournez-les et enfourez de nouveau pendant 15 minutes. Remuez une dernière fois et enfourez encore 10 minutes.

Nettoyez bien les haricots et cuisez-les à point dans de l'eau salée. Versez l'eau et rincez-les sous l'eau froide. Étuvez-les dans un peu de beurre chaud. Assaisonnez avec un filet de vinaigre, de la noix de muscade, le zeste de citron, du poivre et du sel.

Retirez le gigot du four. Couvrez la viande d'une feuille d'aluminium et laissez encore reposer 15 minutes. Versez le jus de cuisson par une passoire puis faites-le réduire 10 minutes. Liez éventuellement avec un peu de fécule de maïs.

Déposez le gigot sur un grand plat et disposez les haricots autour. Versez une partie de la sauce chaude sur le gigot et les haricots puis servez avec les pommes de terre rôties et le reste de la sauce.

Ustensiles de cuisine

Four

