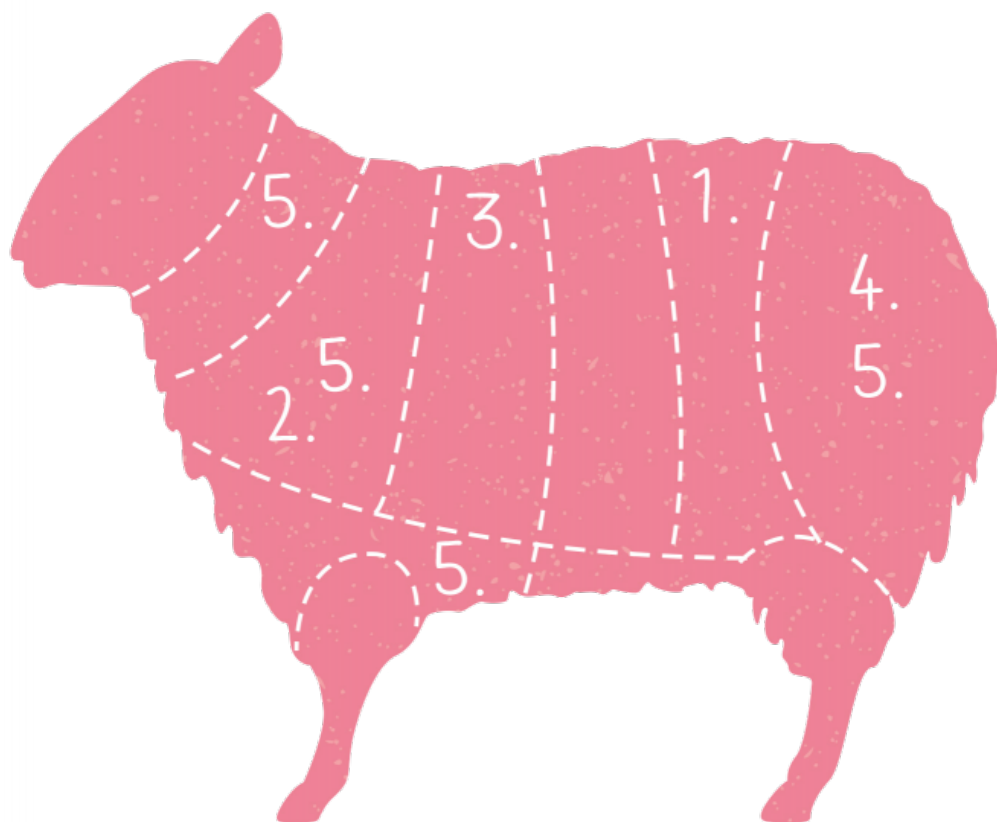


Délicat, tendre et polyvalent

Un morceau d'agneau tendre

Quelque chose à fêter? Alors l'agneau sera certainement de la partie. Mais aussi dans la cuisine de tous les jours vous mettrez à table de délicieux plats avec la viande d'agneau : d'une côtelette rôtie et juteuse à un délicieux ragoût avec du haché d'agneau. Nous avons cherché pour vous la méthode de préparation idéale. Ainsi votre morceau de viande sera mis en valeur de manière optimale.



Filet d'agneau

- Partie: dos
- Caractéristiques: très tendre
- Préparation: cuire 2 min. de chaque côté dans une poêle bouillante avec un peu de beurre
- Délicieux sur un grill ou sur le barbecue

Poitrine d'agneau

- Partie: poitrine/flanc
- Caractéristiques: partie goûteuse, souvent vendue comme roulade
- Préparation: brunissez la viande dans la poêle avec un peu de beurre. Laissez ensuite cuire lentement au four à 160°C. (1,5 à 2h)
- Délicieux dans des ragoûts ou des tajines

Carré d'agneau

- Partie: avant du dos
- Caractéristiques: morceau festif
- Préparation: rôtissez la viande dans un four préchauffé (180°- 200°C) pendant 25 à 30 min par 450 g, puis laissez reposer 5 minutes par 450 g
- Délicieux avec des légumes printaniers grillés et des pommes de terre rôties

[Recette: couronne d'agneau avec asperges vertes et quartiers de pomme de terre](#)

Gigot d'agneau

- Partie: les cuisses ou les pattes(arrières)
- Caractéristiques: cette partie noble a le plus de goût
- Préparation: avec ou sans os 15 min. de temps de cuisson par 500 g de viande / griller sur le barbecue
- Délicieux avec des légumes primeur comme asperges, des mange-tout ou de la salicorne



Haché d'agneau

- Partie: morceaux plus difficiles du gigot, de l'épaule, du cou ou de la poitrine
- Caractéristiques: relativement gras ce qui donne beaucoup de goût, pour du haché maigre demandez une patte ou un jarret
- Préparation: cuire 3 à 5 min. dans la poêle avec un peu de beurre ou grillez 2 minutes de chaque côté
- Délicieux dans un plat gratiné, un ragoût ou dans une moussaka

[Recette: roulades de haché d'agneau et petits légumes rôtis](#)

Bon à savoir

- Avant les moutons étaient surtout élevés pour leur lait et leur laine.
- Les pâturages où paissent les moutons et l'âge de l'agneau au moment de l'abattage déterminent le goût de la viande.
- Plus claire est la viande, plus jeune est l'agneau.
- La viande d'agneau s'accorde bien avec l'ail, la sauge, le romarin, l'origan, le thym et la menthe.