

Préparation : 10 min / Cuisson: 20 min



Osez

Le carré d'Agneau fermier du Quercy en croûte d'herbes

Ingrédients (pour 6 pers.)

- 4 carrés d'Agneau fermier du Quercy (170g pièce) manchonnés ou 2 ou 3 côtés sans os dorsal
- 400gr d'haricots verts
- 400gr de flageolets
- 4 échalotes
- 1 petite boîte de tomates concassées
- 2 gousses d'ail
- 108 g d'huile d'olive
- 70 g de chapelure avec le pain de la veille
- 40 g de beurre
- 2 carottes
- 6 tranches fines de poitrine de porc
- 25 g de fines herbes
- 20 cl de jus de veau
- 2 g d'herbes de Provence
- 1 pincée de piment d'Espelette
- 1 pincée de sucre en poudre ou sucre semoule
- Sel de Guérande
- Poivre

Préparation

Mélangez la chapelure, les herbes hachées et 108g d'huile d'olive. Salez et poivrez votre préparation.

Salez et poivrez également les carrés d'Agneau fermier du Quercy et saisissez-les 4 min dans une poêle huilée. Posez votre préparation sur chacun des dos de carré et faites-les cuire 20 min au four à 200°C (th.6-7).

Faites suer 1 gousse d'ail, 1 échalote ciselée, les carottes coupées en petits cubes, le sucre, le piment et mouillez avec le jus de veau pendant 5 min pour la sauce.

Dans une cocotte, faites fondre 20g de beurre avec l'ail et l'échalote restants, rajoutez les flageolets égouttés, la tomate concassée et les herbes, salez, poivrez et faites cuire 5 min.

Confectionnez vos fagots de haricots verts en les enroulant avec les tranches de poitrine. Faites suer 2 échalotes ciselées dans 20g de beurre, salez, poivrez, posez le tout sur les fagots de haricots verts et chauffez 5 min au four.

Dans une assiette, disposez un carré en croûte, 3 cuillerées de flageolets en forme de quenelle et un fagot, puis ajoutez la sauce sur l'assiette.

Bon appétit !