

Tartine d'agneau

Temps de préparation : 5 min

Temps de cuisson : 3 min

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

4 steaks de gigot d'agneau

4 tranches de pain de campagne grillées

2 tomates

4 feuilles de salade

8 rondelles de courgettes

4 filets d'anchois marinés à l'huile

1 cuillère à soupe de moutarde ou ketchup

1 cuillère à soupe d'herbes de Provence

Huile d'olive

Sel et poivre



Crédit photo: N Lous / agneupresto.com

Cuire les steaks 3 minutes à feu vif, dans une poêle avec un filet d'huile d'olive. Saler, poivrer, saupoudrer avec les herbes de Provence et réserver au chaud. La viande doit rester rosée.

Dans la même poêle, ajouter un filet d'huile d'olive et faire revenir les rondelles de courgette 1 minute de chaque côté.

Confectionner les tartines : étaler un peu de moutarde ou de ketchup sur 1 tranche de pain, poser 1 feuille de salade, 2 rondelles de tomates, 2 rondelles de courgette, 1 steak d'agneau, 1 filet d'anchois.

L'astuce du chef :

Pour transformer les tartines en sandwich, recouvrez le steak d'une tranche de pain, puis coupez en croix pour former quatre triangles, que vous pouvez maintenir à l'aide de pics sur chacun des quarts.

Pics d'agneau au fromage blanc et à la ciboulette

Temps de préparation : 3 min

Temps de cuisson : 3 min

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

8 cubes de gigot d'agneau par personne, soit 32 cubes

1 bol de fromage blanc

4 cuillères à soupe de ciboulette hachée

1 filet de vinaigre balsamique

Huile d'olive

Sel et poivre



Crédit photo: N Louis / agneaupresto.com

Faire sauter la viande 3 minutes à feu vif, dans une poêle avec un filet d'huile d'olive. Saler et poivrer. La viande doit rester rosée.

Mélanger le fromage blanc avec le vinaigre balsamique et la ciboulette. Saler et poivrer.

Servir la viande toute chaude dans une assiette avec des pics, accompagnée du fromage blanc à la ciboulette.

L'astuce du chef :

Vous pouvez remplacer la ciboulette par de l'échalote ciselée.

L'AGNEAU SUR LE POUCE

Wok d'agneau parfumé au vin de noix et légumes croquants

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 8 min

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

400 à 600 g d'agneau émincé (épaule, gigot)

2 carottes émincées en bâtonnets

1 fenouil émincé

1 oignon émincé

1 gousse d'ail émincée

1 bol de petits pois

½ verre de vin de noix

1 cuillère à soupe de basilic haché

Huile d'olive

Sel et poivre



Crédit photo: N Louis / agneaupresto.com

Faire sauter tous les légumes et l'ail 3 à 5 minutes à feu vif, dans un wok avec un filet d'huile d'olive. Ils doivent rester croquants. Les réserver au chaud.

Faire sauter la viande 2 minutes à feu vif, dans le wok avec un filet d'huile d'olive. Saler, poivrer et réserver au chaud avec les légumes.

Déglacer le wok avec le vin de noix et laisser réduire un peu le jus. Ajouter la viande et les légumes puis mélanger. Au moment de servir, saupoudrer de basilic.

L'astuce du chef :

Si vous n'avez pas de wok, vous pouvez utiliser une sauteuse.

Pour préparer cette recette, pensez aussi à utiliser vos restes de viande : il suffit, par exemple, de couper en fines lamelles les restes d'un gigot.

Steak d'agneau à la crème de champignons

Temps de préparation : 5 min

Temps de cuisson : 10 min

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

4 steaks d'agneau (dans le gigot)

10 champignons de Paris

20 cl de crème liquide

1 filet de vin doux (porto, banyuls, vin de noix...)

2 échalotes hachées

Huile d'olive

Sel



Crédit photo: N Louis / agneaupresto.com

Poêler la viande avec un filet d'huile d'olive. Elle doit rester rosée.

Faire revenir les échalotes 2 minutes à feux doux avec un filet d'huile d'olive. Ajouter les champignons émincés, cuire encore 2 minutes pour les garder légèrement croquants. Déglacer avec le vin, ajouter la crème, arrêter la cuisson dès le début de l'ébullition. Saler.

Ajouter le jus de cuisson de la viande pour renforcer le goût de la sauce.

L'astuce du chef :

Ajoutez un petit filet de jus de citron sur les champignons émincés pour les garder bien blancs.

DUO D'AGNEAU EN TETE-A-TETE

Mini-rôti d'agneau aux endives caramélisées

Temps de préparation : 15 min

Temps de cuisson : 10 min

Recette pour 2 personnes

Ingrédients

1 rôti d'agneau de 400 g (dans un carré de côtes désossé, préparé en rôti)

2 endives

1/2 gousse d'ail hachée

2 cuillères à soupe de persil haché

1/2 cuillère à soupe d'herbes de Provence

1/2 cuillère à soupe de sucre en poudre

1 cuillère à soupe d'huile d'olive

Sel

Préchauffer le four à 180 °C (Th. 6).

Mélanger l'ail, le persil, les herbes de Provence et l'huile d'olive.

Déposer le rôti dans un plat, verser le mélange sur le rôti.

Cuire au four 10 minutes. Saler.

Pendant ce temps, poêler 5 minutes à feu vif les feuilles d'endives entières avec un filet d'huile d'olive et le sucre. Elles doivent rester croquantes et colorées. Saler légèrement.

Au moment de servir, déposer le rôti dans un plat sur les feuilles d'endive disposées en étoile.

L'astuce du chef :

Pour parfumer le rôti, vous pouvez ajouter au fond du plat de cuisson une garniture aromatique de carotte et oignon émincés.



Crédit photo: N Louis / agneupresto.com

Cannelés d'agneau à la carotte et au cumin

Temps de préparation : 10 min
Temps de cuisson : 15 min
Recette pour 2 personnes

Ingrédients

6 cubes de gigot d'agneau (1 pour chaque cannelé)
150 g de carottes
100 g de crème liquide
2 œufs entiers
1 jaune d'œuf
1/2 cuillère à café de cumin en poudre
Huile d'olive
Sel et poivre



Crédit photo: N Louis / agneaupresto.com

Préchauffer le four à 180 °C (Th. 6).

Cuire les carottes coupées en rondelles 5 à 7 minutes, à feu vif et à couvert, dans un fond d'eau avec une pincée de sel et le cumin.

Les égoutter et les mixer, puis ajouter les œufs, le jaune d'œuf et la crème.

Faire colorer les cubes d'agneau dans une poêle avec un filet d'huile d'olive, saler et poivrer. La viande doit rester rosée.

Badigeonner les moules d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau, les remplir avec la préparation aux carottes et mettre un cube d'agneau dans chaque moule.

Cuire 15 minutes au four, dans un bain-marie.

L'astuce du chef :

Vous pouvez réduire le temps de cuisson en utilisant des moules à mini-cannelés ou des petits moules en papier.

Cette recette peut se préparer avec d'autres légumes : fenouil, céleri, épinards, topinambours.

LES ENFANTS SONT AFFAMES

Cannellonis d'agneau

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 20 min

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

300 g d'agneau haché

12 cannellonis secs

50 cl de coulis de tomates

1 carotte hachée

3 cuillères à soupe de parmesan ou gruyère râpé

1 oignon haché

1 gousse d'ail hachée

Huile d'olive

Sel



Crédit photo: N Louis / agneaupresto.com

Préchauffer le four à 160 °C (Th. 5-6).

Poêler la viande avec un filet d'huile. Quand elle est colorée, ajouter l'oignon, l'ail et la carotte, cuire 2 minutes. Ajouter 15 cl de coulis de tomates et cuire jusqu'à obtention d'un mélange onctueux. Saler.

Plonger les cannellonis 3 minutes dans l'eau bouillante. Les égoutter et les farcir. Les disposer dans un plat à gratin huilé. Verser le reste de coulis de tomates sur les cannellonis et les parsemer de parmesan

Cuire au four 15 minutes.

L'astuce du chef :

Vous pouvez ajouter du basilic haché et des raisins secs à la farce.

Nems d'agneau au soja

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 5 min

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

400 g d'agneau finement émincé (épaule, gigot)

4 feuilles de galette de riz

100 g de pousses de soja

1 à 2 carottes râpées

2 cuillères à soupe de coriandre hachée

1 pincée de gingembre frais râpé, ou en poudre

Sauce soja

Huile d'olive

Sel, poivre



Crédit photo: N Louis / agneaupresto.com

Faire colorer la viande 2 minutes à feu vif, dans une poêle avec un filet d'huile d'olive. Saler et poivrer.

La viande doit être rosée.

Humidifier les galettes de riz dans un linge mouillé et les couper en deux. Rouler chaque demi-galette avec un mélange de soja, carotte, coriandre, gingembre, et la viande.

Cuire les nems à la poêle dans un filet d'huile d'olive.

Déguster les nems avec la sauce soja.

L'astuce du chef :

Si vous ne trouvez pas de feuilles de galette de riz, vous pouvez réaliser cette préparation avec des feuilles de brick.

Vous pouvez remplacer la coriandre par du basilic ou du persil.

DEVINE QUI VIENT DINER ?

Agneau gratiné en robe des champs

Temps de préparation : 20 min

Temps de cuisson : 20 min

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

400 g de tranches de gigot d'agneau

8 grosses pommes de terre

30 cl de crème fraîche

1 cuillère à soupe d'herbes de Provence

2 cuillères à soupe de ciboulette ciselée

4 cuillères à soupe de gruyère râpé

Huile d'olive

Sel, poivre



Crédit photo: N Louis / agneaupresto.com

Préchauffer le four à 180 °C (Th. 6).

Inciser la peau des pommes de terre (en tournant dans le sens de la longueur). Les cuire 15 minutes sur une plaque au four.

Faire colorer la viande émincée quelques minutes à feu vif, dans une poêle avec un filet d'huile d'olive.

Quand les pommes de terre sont cuites, les couper en deux dans le sens de la longueur au niveau de l'incision, et les évider. Réserver les coques de peau. Ecraser la chair avec une fourchette et mélanger avec 20 cl de crème fraîche. Assaisonner de sel, poivre et herbes de Provence.

Mélanger cette purée avec la viande et la ciboulette.

Remplir les coques avec la préparation, et les poser sur un plat à gratin.

Mélanger le reste de crème avec le gruyère et poser la valeur d'une cuillère sur chaque pomme de terre. Passer au four 5 minutes.

L'astuce du chef :

Au moment de servir, pour faciliter le maintien des coques dans l'assiette, déposez-les sur du gros sel.

Fondue d'agneau

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : pendant le repas avec les invités

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

600 g de dés d'agneau (dans le gigot)

1 aubergine

1 courgette

1 poivron rouge

1 l d'huile de friture

Couper les légumes en dés ou carrés de la même taille que la viande.

Confectionner les brochettes en variant les accompagnements :

- brochettes avec un dé d'agneau et un dé d'aubergine,
- brochettes avec un dé d'agneau et un dé de courgette,
- brochettes avec un dé d'agneau et un carré de poivron rouge.

La cuisson se fait au centre de la table devant les invités, avec un appareil à fondue.

L'astuce du chef :

N'hésitez pas à accompagner de sauces diverses : sauce tartare, béarnaise, bourguignonne... ou encore de moutardes aromatisées : moutarde violette, à l'estragon, au pain d'épices...



Crédit photo: N Louis / agneupresto.com