L'agneau de lait bio du Pays Basque

CERTIFIÉ AB AGRICULTURE BIOLOGIQUE

On egin ! Bon appétit !

Colis comprenant
1 demi-agneau de lait bio,
découpé, conditionné.

Ferme d'origine

Jean-Marc ETCHART
Ferme Kurutxeta
64220 MENDIVE

Pour passer commande :
Tél : 05.59.37.18.56
Mail : jean-marc.etchart@club-internet.fr

L'agneau de lait donne une viande maigre, blanche très prisée.
Grillé , rôti, braisé, en sauce, découvrez son goût fin et délicat.

1. Agneau fricassé à l'orientale 2
2. Epaule d'agneau persillade 3
3. Gigot d'Agneau aux légumes nouveaux 4
4. Gigot d'Agneau de lait rôti 5
5. Côtelettes d'Agneau de lait aux pommes de terre 6

Agneau fricassé à l'orientale

Pour 4 personnes (préparation et cuisson 1 h 45 mn)

- 800 g d'épaule désossée (ou 1,5 kg de collier, en morceaux)• 500 g de petites aubergines très fermes
- 1 verre d'huile environ
- 2 oignons hachés
- 3 ou 4 tomates bien mûres
- 1 cuiller à soupe de tomate concentrée
- ½ cuillerée à café de curcuma (facultatif)
- 1 ou 2 pincées de cayenne
- ½ citron
- sel - poivre - bouquet garni - un peu de farine

Lavez les aubergines. Coupez-les en gros dès, sans les peler. Mettez-les à macérer dans une terrine avec beaucoup de sel pendant 1/i d'heure, afin qu'elles rendent le plus d'eau possible. Pendant ce temps, farinez légèrement les morceaux de viande. Faites-les dorer dans une cocotte (ou autocuiseur) contenant un peu d'huile très chaude. Joignez-y oignons hachés, puis tomates en morceaux, tomate concentrée, sel, poivre, curcuma, cayenne et bouquet garni. Mélangez et laissez cuire quelques minutes à feu vif, sans couvrir.

Egouttez les aubergines et épongez-les. Faites-les rissoler à la poêle avec de l'huile très chaude. Déposez-les dans la cocotte. Arrosez-les d' 1 verre d'eau (en autocuiseur : ½ verre seulement). Couvrez et laissez mijoter 1 heure 30 environ (en autocuiseur 30 mn).

½ heure avant la fin, ajoutez le jus de citron dans la cocotte. La cuisson terminée, la viande doit être très moelleuse et les aubergines presque réduites en purée.

Epaule d'agneau persillade

Pour 4 personnes (préparation et cuisson 25 mn)

- 1 épaule (plutôt non désossée que roulée, car l'os communique saveur et moelleux à la viande pendant la cuisson)
- 1 cuiller à soupe d'huile
- 1 gousse d'ail
- persil
- chapelure
- 25 g de beurre
- sel, poivre

Badigeonnez l'épaule d'huile. Faites-la d'abord dorer, de toute part, à la poêle, sur feu vif. Jetez la graisse fondue.

Déposez l'épaule dans un grand plat. Mettez à four chaud (thermostat 8/9) 15 minutes seulement.

A mi-cuisson, salez, poivrez et retournez.

Pendant ce temps, hachez ail et persil. Mélangez ce hachis avec la chapelure, sel et poivre. Etalez sur le côté gras de la viande cuite.

Tapotez avec une spatule pour faire adhérer. Parsemez de noisettes de beurre. Remettez quelques minutes dans le four chaud pour dorer.

Remarque : cette recette convient également pour le carré d'agneau

Gigot d'Agneau aux légumes nouveaux

Pour 6 personnes (préparation 15 mn - cuisson 50 mn)

- 1 gigot d'agneau d'1,8 kg
- 1 botte d'oignons nouveaux
- 400 g de petites carottes nouvelles
- 400 g de pois frais a écosser
- 300 g de jeunes navets
- 1 verre de vin blanc
- 1 branche de thym-citronnelle
- 75 g de beurre
- ½ citron
- sel – poivre

Coupez les fanes des carottes en conservant 1 cm de tige.

Lavez les carottes, les petits pois écossés, les navets pendant 5 à 6 mn. Egouttez et réservez-les.

Faîtes colorer le gigot 25 mn au four chaud (240°c - Th 8).

Pendant ce temps, épluchez les oignons en leur conservant 1 cm de tige. Les faire étuver dans un fond d'eau avec 25 g de beurre et le sucre.

Baisser la température du four (180°c- Th 6). Ajoutez les oignons dans le plat de cuisson du gigot puis 10 mn après, le vin blanc.

Généralement, comptez en tout 15 mn de cuisson par livre. 10 mn avant la fin de la cuisson, ajoutez les navets, les carottes et les petits pois. Saler, poivrer la viande et les légumes. Laissez reposer le gigot avant de le découper.

Battre le jus de cuisson avec 50 g de beurre. Servir la viande sans attendre dans les assiettes bien chaudes, accompagnée de la sauce et des légumes nouveaux. Parsemer de thym-citronnelle ciselé.

Gigot d'Agneau de lait rôti

Pour 4 personnes (préparation 10 mn - cuisson 30 mn)

- 1 gigot d'agneau de lait d'1kg -1,4 kg
- thym
- huile : 1 cuiller à soupe
- eau : 7 cuillers à soupe
- 3 gousses d'ail
- sel - poivre

Mettre le gigot dans un plat. Le saler, le poivrer, rajouter du thym sur le gigot et y mettre l'eau et l'huile.

Le mettre au four, thermostat 6 à 7 pendant 30 mn.

A mi-cuisson, le retourner. L'arroser du jus de cuisson dans lequel on ajoutera 3 gousses d'ail coupées en 2.

Servir le gigot accompagné d'un plat d'haricots blancs ou de jeunes légumes verts au printemps (épinards, brocolis, haricots verts, petits pois).

Côtelettes d'Agneau de lait aux pommes de terre

Pour 6 personnes (préparation 10 mn - cuisson 15 mn)

- 12 côtelettes d'agneau de lait
- 6 pommes de terre émincées
- 2 oignons émincés
- 1 branche de thym frais
- 2 branches de persil frais
- huile : 10 cl
- un peu de beurre coupé en dés (facultatif)
- sel - poivre

Peler les pommes de terre. Les émincer en rondelles de 2 mm d'épaisseur.

Emincer 2 oignons en julienne.

Dans une grande poêle, faire sauter dans l'huile, les lamelles de pommes de terre et oignons. Saler, poivrer. Egoutter à mi-cuisson.

Dans la même poêle, faire sauter à feu très vif les côtelettes d'agneau, salées et poivrées, juste le temps de les colorer.

Dans un grand plat en terre, ranger dans le fond du plat la moitié des pommes de terre sautées et oignons, poser dessus les côtelettes et recouvrir du restant de pommes de terre et oignons.

Effeuillez la branche de thym, hacher le persil et en recouvrir le plat.

Mettre au four, thermostat 7 durant 15 mn. Rajouter un peu de beurre avant de servir aussitôt.