



LE BILLOT DE MATTHIEU
Artisan Boucher

EPAULE D'AGNEAU CONFITE

Difficulté : Facile

Pour 5 personnes

Préparation : 30 min

Cuisson : 2h

INGREDIENTS :

POUR L'EPAULE

- Epaule d'agneau (1.3kg)
- 1 tête d'ail
- 6 carottes
- 1 gros oignon
- huile d'olive
- graines de fenouil
- graines d'anis vert
- 1 branche de serpolet
- 1 branche de romarin
- 1 verre de vin blanc
- 1 feuille de laurier
- sel
- poivre
- piment d'Espelette

POUR LA SAUCE

- 500gr parure d'agneau
- 1 échalotte
- 1 gousse d'ail
- épluchure de carottes
- huile d'olive
- 1 verre de vin blanc
- eau
- coulis de tomate
- beurre
- sel
- poivre
- piment d'Espelette

PREPARATION DE L'EPAULE

La veille, frotter l'épaule d'agneau avec une tête d'ail coupée en deux, de l'huile d'olive, du serpolet, du romarin, des graines de fenouil et des graines d'anis vert. La réserver au frigo. Le lendemain, la sortir du frigo 1h30 avant de la préparer.

Préchauffer le four à 160°.

Laver et éplucher les carottes. Réserver les épluchures pour la sauce puis couper les carottes en rondelles et l'oignon grossièrement en morceaux.

Dans une cocotte, faire chauffer l'huile d'olive à feu vif. Saisir l'épaule sur chaque face jusqu'à coloration. Déposer les carottes, l'oignon, saler, poivrer, couvrir et mettre au four pendant 2h.

PREPARATION DE LA SAUCE

Pendant ce temps, émincer une échalotte. Dans une casserole à feu vif, faire revenir les parures d'agneau que votre boucher aura préalablement préparées et coupées en morceaux.

Pour une bonne sauce, il est important que les morceaux accrochent à la casserole pour que les sucs s'y déposent. Y ajouter l'échalotte, les épluchures de carottes, mélanger encore 1 à 2 minutes. Déglacer au vin blanc et décoller les sucs de la casserole.

Mouiller avec de l'eau à hauteur.

Laisser réduire le bouillon de moitié, remuer de temps en temps.

Lorsque le bouillon a diminué, le passer au chinois. Incorporer le coulis de tomates et laisser à nouveau réduire de moitié.

Dans un bol, déposer un petit morceau de beurre et y ajouter un peu de bouillon et une moitié de c.à.c de maïzena, mélanger. Ajouter le au bouillon pour l'épaissir.

Une fois la cuisson de l'épaule terminée, c'est prêt !

Régalez vous et bon appétit !!