

AGNEAU



GIGOT D'AGNEAU AU MIEL & CIDRE

(Recette galloise)

Préparation : 1 h
20 mn

Cuisson : 1 h

Four : 210 °

Difficulté : Moyen

Coût : Raisonnable

Ingrédients (8 personnes) :

1 gigot d'agneau d'1,9 kg avec l'os

250 g de miel bien épicé (par exemple miel de bruyère, de tilleul, de sapin)

1 bouteille de cidre anglais (un mélange de doux et de brut dans les mêmes proportions)

2 c. à café de gingembre frais, 30 à 50 g de beurre, 3 branches de romarin, sel, poivre

Pour les champignons :

8 très gros champignons, 30 à 50 g de beurre, 125 g de fromage à pâte dure (parmesan), 125 g de cheddar, huile pour graisser le plat, sel, poivre

Pour les légumes :

8 pommes de terre moyennes à chair ferme, 8 panais moyens,

1 - Préchauffez le four th.7 (210°C).

2 – Dégraissez le gigot .Frottez la viande avec un mélange de poivre, de sel et de gingembre haché très fin. Placez le gigot dans un plat profond et résistant au feu et versez dessus le miel légèrement réchauffé. Il doit le recouvrir entièrement.

3 - Versez le cidre. Lavez le romarin, détachez-en les feuilles et répartissez-les sur le gigot. Saisissez la viande dans le four pendant 10 min, puis poursuivez la cuisson th.6 (180°C) pendant 15 min par 500 g de viande.

4 - Au cours de la cuisson, arrosez le gigot de cidre toutes les 10 min.

5 -Après la cuisson, laissez reposer la viande dans un endroit chaud pendant 15 min, enveloppée dans une feuille d'aluminium et dans un torchon de cuisine. De cette façon, les fibres de la viande se détendent et lors de la découpe, elle ne perdra pas trop de jus. Pendant ce temps, préparez la sauce : écumez la graisse et faites réduire le cidre de moitié (200 à 250 ml).

6 - Pendant que le gigot est au four, préparez les champignons et les légumes. Coupez le pied. Recouvrez au pinceau les champignons avec le beurre fondu. Mélangez le fromage à pâte dure râpé avec le cheddar. Dans un plat à gratin légèrement huilé, placez les champignons, chapeau vers le haut et répartissez le fromage sur champignons. Salez et poivrez. Dans le four préchauffé, faites cuire pendant 15 à 20 min. Passez éventuellement rapidement sous le gril du four.

7 - Épluchez les pommes de terre et les panais, Cuire 5 mn à l'eau. Les mettre au four avec un petit filet d'huile pendant 40 mn pour qu'ils dorent.

Servir le tout. Un délice