

EPAULE D'AGNEAU FARCIE

Pour 4 personnes

Temps de préparation : 1 heure

Temps de cuisson : 1 heure 15



Ingrédients :

- 1 petite épaule d'agneau désossée environ 1kg
- 50 g de poitrine fumée
- 150g de veau
- 1 oeuf entier
- pain rassis
- 25cl de lait
- 5 brins de persil plat
- 4 carottes fanes
- 4 navets fanes
- 250g de petits pois frais
- 250g de fèves fraîches
- 300g de pommes grenailles
- 1 carotte
- 1 oignon
- 1 branche de thym
- 1 gousse d'ail

Désosser l'épaule, conserver les os.
Hacher veau, poitrine fumée finement.

Ajouter mie de pain trempée dans le lait, l'œuf, persil concassé, sel et poivre.

Eplucher carottes et navets fanes, blanchir fèves et petits pois, laver pommes Grenailles.

Etaler l'épaule, assaisonner sel et poivre, former un boudin de farce, le poser sur la partie la plus large, rouler, ficeler correctement.

Cuire carottes, navets à l'étouffée, cuire les grenailles en cocotte.

Faire revenir l'épaule sur toutes ses faces, finir au four à 175 degrés 30mn.

Réaliser le jus avec carotte, oignon, branche de thym et gousse d'ail.

Trancher l'épaule, disposer les légumes et cordon de jus.