

Recette du gigot d'agneau de sept heures

Le matériel

Liste des ustensiles nécessaires

- 1 grande cocotte ou marmite en fonte avec un couvercle
- 1 plat pour faire mariner l'agneau
- 1 boule à thé si les herbes aromatiques sont déshydratées

Les ingrédients

Liste des ingrédients nécessaires

- 1 épaule ou un gigot d'agneau de 1,1 à 1,4 kilos
- 2 belles tranches de lard
- 3 gros oignons ou 4 moyens
- 4 grosses carottes
- 8 gousses d'ail
- thym, romarin, quelques feuilles de laurier
- 15 cl de vin blanc sec
- 25 cl de bouillon de boeuf ou de fond de veau
- huile d'olive
- sel

Les étapes pour la préparation de la recette du gigot d'agneau de 7 heures

La première étape est facultative

1 Marinade facultative: dans un plat, badigeonnez le gigot avec de l'huile d'olive. Salez-le sur les deux faces et déposez en dessous et dessus des branches de thym et de romarin frais. Couvrez et mettez au réfrigérateur une douzaine d'heures ;

2 Si vous avez fait mariner l'épaule ou le gigot, retirez les épices. Faites chauffer de l'huile d'olive dans la marmite, puis faites dorer toutes les faces de la viande ;

Pendant ce temps, épluchez les oignons et 2 gousses d'ail, hachez-les, découpez les carottes en rondelles et les

3

lardons en larges dés ;

4

Réservez la viande et mettez dans la même marmite les oignons, les carottes, les lardons et les 2 gousses d'ail. Faites revenir à feu doux. Remettez de l'huile d'olive si nécessaire ;

5

Déglacez au vin blanc, laissez réduire 2 minutes ;

6

Pendant ce temps, diluez le fond de veau s'il est en poudre ou un cube de boeuf avec 25cl d'eau chaude ;

7

Remettez la viande dans la marmite, versez le bouillon qui doit arriver à mi-hauteur de la viande. Sinon ajoutez un peu d'eau. Sur la viande, ajoutez les gousses d'ails restantes (pas épluchées) et quelques branches de thym, de romarin frais et 3 feuilles de laurier. Si le thym et le romarin sont déshydratés, vous pouvez les mettre dans une boule à thé que vous immergez dans le bouillon. Refermez bien le couvercle, enfournez à 100 degrés pendant 7 heures ;

8

Servez avec du riz, des flageolets, des épinards, ou encore des pommes de terre.