

Difficulté 

Viande : Agneau

Morceaux : Épaule

Corolle de Fondant d'agneau du Limousin façon "Poulidor"



Recette de Alain LONGEVAL
Restaurant l'Abattoir (87-Limoges)



TEMPS

Préparation : 50 min

Modes de cuisson : à griller ou rôti

Temps de cuisson : 3h00



PARTS

Recette pour 10 personnes



INGRÉDIENTS

- 1 épaule agneau
- 1 oignon
- 1 carotte
- 1 courgette
- 1 bouquet garnie
- Thym
- 1/4 tomate pelée à vif ou coulis
- Ail
- Sel
- Poivre
- Huile d'olive



PRÉPARATION

1. Mettre l'agneau à poêler au four (allumer le four à 200°C et enfourner à froid) que vous avez badigeonné à l'huile d'olive, sel, poivre et thym. Arroser et tourner toutes les 20 min pendant 1h00.
2. Une fois cuit et bien colorer, dégraisser le plat de cuisson (sans gratter le fond) et ainsi déglacer avec un verre d'eau, appliquer un aluminium et laisser refroidir.
3. Désosser et couper en cube l'agneau.
4. Détailler en brunoise fine l'oignon et la carotte.
5. Dans un sautoir, suer la garniture, ajouter les cubes d'agneau, l'ail, le coulis de tomate et le jus de déglacage.
6. Faire mijoter le tout afin que cela confise.
7. Préparer les lamelles de courgettes pour faire notre chemise de corolles (2 par cercle) et les enrouler au cercle.
8. Garnir les cercles.

Crédit photo Phillipe Pêcher