

Difficulté 

Viande : Agneau Morceaux : Poitrine

Roulade de poitrine d'agneau du Limousin farcie



Recette de Emmanuel ARDILLON Au Saveur Gourmande (87-Le Dorat)



TEMPS

Préparation : 10 min

Modes de cuisson : à poêler ou griller

Temps de cuisson :

PARTS

Recette pour personnes

INGRÉDIENTS

Ingrédients

- 2 poitrines d'agneau du Limousin parées
- 150 g de jeunes pousses d'épinard
- 1 bûche de chèvre frais
- Huile d'olive
- Sel
- Poivre

PRÉPARATION

Recette pour 6 personnes

Temps

Cuisson : 10 min

Préparation

- 1 Lavez les jeunes pousses d'épinard.
- 2 Émiettez la bûche de chèvre frais.
- 3 Pour la roulade : étalez à plat la poitrine d'agneau du Limousin côté peau sur le plan de travail. Assaisonnez, déposez la moitié des jeunes pousses d'épinard au milieu et recouvrez le chèvre frais avec le restant des jeunes pousses d'épinard.
- 4 Roulez la poitrine en la serrant bien puis ficellez-la.
- 5 Cuisson : dans une poêle chaude avec de l'huile d'olive, saisissez toutes les faces à feu vif. Puis à feu moyen, recouvrez et laissez cuire encore environ 10 min.
- 6 Retirez du feu et couvrez d'un papier aluminium. Laissez reposer environ 3 min.
- 7 Dressez la roulade préalablement coupée en tronçons.
- 8 Dégustez. En accompagnement : petits légumes croquants revenus à l'huile d'olive.