



RECETTE

filet d'agneau en croustillant aux herbes et jus au thym, tian de légumes

L.thierry

Portions: 4

900 gr carré agneau
1 botte basilic
1 branche sarriette
200 grammes mie de pain
100 grammes beurre

1 jaune d'oeuf
JUS AU THYM

1 branche thym
1 oignon doux haché
1 carotte

sel, poivre

TIAN DE LÉGUMES

6 tomates
2 courgettes
1 aubergine
basilic
5 centilitres huile d'olive

PRÉPARATION DU TIAN DE LÉGUMES: Laver et couper les légumes en fine tranches. Blanchir dans de l'eau salée, les courgettes et l'aubergine, rafraîchir et égoutter. Disposer les légumes en rosace sur une feuille de papier sulfurisé, alterner les tranches, tomate, courgette et aubergine. Saler et poivrer, arroser d'huile d'olive et cuire au four pendant 15 minutes à 160°C. parsemer de basilic haché.

PRÉPARATION : Désosser entièrement le carré d'agneau, parer les filets, les couper en 4 morceaux, assaisonner sel et poivre; réserver les os et parures.

APPAREIL À CROUSTILLANTS AUX HERBES. Laver, effeuiller le basilic et la sarriette, les concasser finement dans un cutter, ajouter la mie de pain, 30 g de beurre et le jaune d'oeuf, assaisonner sel et poivre.

PROCÉDÉ: Couper l'appareil à croustillants en 4 parties égales, les étendre entre 2 feuilles de papier film. Envelopper chaque filet d'agneau dans une abaisse de pâte à croustillants, puis les colorer dans un sautoir sur toutes les faces avec 30 g de beurre. Finir la cuisson au four à 170°C pendant 6 minutes environ, laisser reposer 3 à 4 minutes sur grille.

JUS AU THYM: Concasser les os et de parures d'agneau, les faire rissoler dans un sautoir très chaud; ajouter l'oignon et la carotte en coupés en dés, laisser bien colorer, dégraisser, verser le fond de volaille, ajouter les branches de thym, laisser cuire à petit bouillon pendant 20 minutes environ. Passer au chinois étamine, rectifier l'assaisonnement.

Idées de service: **SERVIR :** gratin de pomme de terre, pomme boulangère.