

TERRES D'ENCRE & L'AGNEAU DE PAYS

UNE RECETTE D'ANNE-SOPHIE PIC

LES INGRÉDIENTS

(8 PERSONNES)

L'agneau de l'aveyron :

1 selle d'agneau
1 carré d'agneau
1250g d'eau
55g de sel fin
10g de sucre
30g de fleur d'oranger

Les artichauts :

8 artichauts poivrade
500g d'artichaut camus
10 gr de jus de citron
acide ascorbique
1 dl vin blanc
1 dl d'amaretto disaronno
Eau minérale
sel fin

La chapelure d'herbe :

100g de bourgeon de sapin
10g de poudre de roquette
10g de parmesan
½ zest de citron
1/3 fève de tonka
sel fin

La finition :

menthe pamplemousse
menthe des cerfs
menthe peppermint
Cressonnette
fleur d'ail
fleur de ciboulette

LA RECETTE

L'agneau de l'Aveyron

Parez et préparez les carrés d'agneau, levez les filets d'agneau et les filets mignons. Réalisez la marinade avec tous les éléments exceptée la menthe. Plongez dans la marinade liquide les agneaux durant 6 heures pour les filets et les carrés, et durant 4 heures max pour les filets mignons. Rincez-les bien après marinade et stockez-les dans l'huile de pépin de raisin. Cassez les os et les parures et réalisez un jus d'agneau avec, puis une remouille. Avant le service faites infuser le consommé d'agneau avec de la menthe marocaine.

Les artichauts

Tournez les artichauts camus, émincez-les grossièrement. Faites-les revenir dans l'huile d'olive rapidement et un peu de sel fin. Ajoutez le vin blanc et le jus de citron. Complétez à hauteur avec de l'eau minérale. Laissez cuire 1 heure à petit feu puis mixez au thermomix avant de passer au tamis fin. Assaisonnez avant le service avec amaretto et sel fin. Tournez les artichauts poivrade et stocker les dans l'eau et l'acide ascorbique. Cuire minute coupé en deux sur la plancha à 180°C avec un peu de beurre, un trait d'amaretto sous cloche durant 5 minutes.

La chapelure d'herbes

Faites sécher la roquette en déshydrateuse, haché finement le bourgeon de sapin frais et faites-le sécher à plat dans une chambre froide bien ventilé, rappé à la microplane le parmesan frais, le citron et la fève de tonka. Mixez la roquette sécher et passez là au tamis fin. Mélangez tous ces éléments ensemble et réserver pour le service.

FINITION ET PRÉSENTATION :

Saisir l'agneau fortement à l'huile, puis arroser avec une noix de beurre jusqu'à obtenir une cuisson rosé (54-56°C).
Disposer la purée d'artichaut sur le bord de l'assiette puis saupoudrer avec la chapelure pour obtenir un mur végétal.
Trancher les artichaut en deux, trancher également l'agneau pour obtenir un morceau de selle et un carré par assiette.
Disposer l'agneau au centre de l'assiette puis deux demis artichauts.