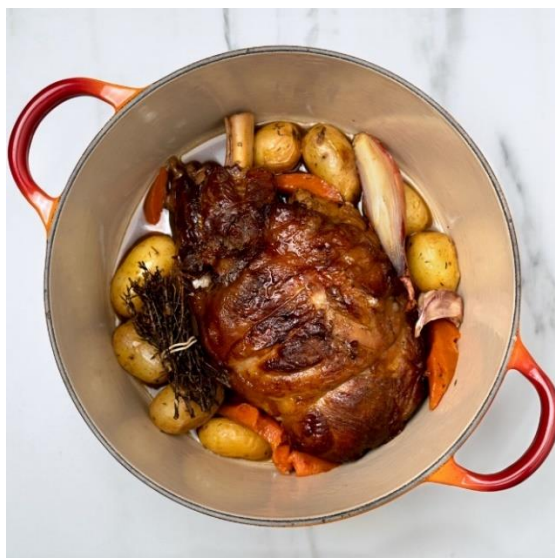


Four combiné vapeur, Four Dialog
Temps de préparation : 30 minutes
Temps de cuisson : 2h30

Epaule d'agneau confite et légumes printaniers

Pour 6 personnes



Panier de courses

1 épaule d'agneau désossée par le boucher
3 carottes nouvelles
3 branches de céleris
8 gousses d'ail
3 oignons
4 échalotes
1 branche de romarin frais
1 bouquet garni
4 feuilles de laurier
20 cl de bouillon de volaille
20 cl de vin blanc
Huile
Sel, poivre

Matériel

Plat [Hub 5000 de Miele](#), ou à défaut une cocotte allant au four

Déroulé de la recette

Dans le plat HUB 5000, ou dans une cocotte allant au four, verser un peu d'huile et faites dorer votre épaule sur toutes les faces de façon à obtenir une jolie croûte.

Débarrasser la viande de la cocotte et la réserver.

Emincer 1 oignon et couper les 3 autres en quartier.

Tailler les carottes et le céleri en sifflets¹.

Placer l'oignon émincé, les céleris et les carottes dans le plat Hub.

Faire revenir 2 minutes, puis déglacer au vin blanc.

Laisser réduire pendant 1 minute.

Remettre la viande dans le plat de cuisson.

Assaisonner et ajouter le fond de veau à mi-hauteur.

Ajouter le bouquet garnis.

Déposer dessus les 3 oignons en quartiers et les gousses d'ail entière.

Cuisson au four combiné vapeur :

Glisser le plat au four en cuisson combinée vapeur à 70% d'humidité et 160°C pendant 2h30.

Cuisson au four Dialog :

Glisser en programme M Chef, à intensité moyenne pour 1450 units (cela prendra environ 2h).

Après la cuisson, mettre de côté les gousses d'ail et les oignons de côté.

Récupérer le jus de cuisson dans une saucière.

Conseil de dressage :

Cette viande est parfaite servie avec quelques pommes de terre grenailles fondantes, des légumes de saison et un peu de roquette pour la fraîcheur.

Astuce du Chef :

Si le jus de cuisson est trop liquide, vous pouvez le faire réduire. Il aura un merveilleux goût d'agneau, de thym et de romarin, un vrai délice !

Vous pouvez faire mariner la viande 24h sous vide avec huile, thym, laurier et poivre avant de réaliser cette recette.

Lexique :

¹Tailler en sifflets : taillage des légumes en biseau de 0,3cm environ.