



Gigot d'agneau à la crème d'ail et panna cotta d'asperges et salade de crevettes

Gigot d'agneau à la crème d'ail (pour 4 personnes)

- 1 gigot d'agneau d'environ 1,5 kg
- 2 branches de romarin
- 4 échalotes cuisse de poulet
- 300 g d'ail frais
- 1/2 litre de bouillon de volaille
- 2dl de crème fraîche
- 4 pommes de terre fermes
- Huile d'olive
- Sel et poivre du moulin

1/ Préchauffez votre four à 200°.

2/ Disposez votre gigot dans un plat à four, assaisonnez-le, ajoutez deux belles branches de romarin frais, et quelques échalotes non épluchées. Arrosez d'huile et enfournez pendant +- 30'.

3/Pendant ce temps, épluchez l'ail et faites-le pocher dans le fond de volaille, salez et poivrez.

4/ Lancez la cuisson des rouelles de pommes de terres crues dans de l'huile d'olive et assaisonnez de romarin.

5/ Lorsque l'ail est cuit, ajoutez la crème fraîche, laissez réduire quelques instants et passez au mixer. Réservez au chaud.

6/ Lorsque le gigot est cuit, débarrassez-le au chaud, dégraissez l'ustensile et déglacez avec un filet d'eau, grattez et récupérez un maximum de suc de cuisson. Laissez réduire et ajoutez-le à la crème d'ail.

7/ Taillez le gigot en tranches, servez avec la crème d'ail et des rouelles de pommes sautées à cru à l'huile d'olive et au romarin.



Panna cotta d'asperges et salade de crevettes (pour 4 personnes)

- 1 botte d'asperges blanches
- 200gr de crevettes grises
- 4 jaunes d'oeufs durs
- 1/2 botte de persil frisé
- 6dl de crème fraîche
- Quelques gouttes de jus de Yuzu
- 3 feuilles de gélatine
- Noix de muscade
- Huile d'arachide
- Sel et poivre du moulin

1/ Grattez les asperges, coupez-les en tronçons et réservez les pointes. Blanchissez-les en les gardant croquantes et réservez.

2/ Amenez la crème à ébullition, assaisonnez-la et ajoutez une pointe de muscade. Lorsqu'elle bout, enlevez de la source de chaleur et incorporez la gélatine que vous aurez fait ramollir dans de l'eau tiède. Réservez.

3/ Dans des fonds de ramequins, disposez les pointes d'asperges coupées en deux dans le sens de la longueur, garnissez de jaunes d'œufs écrasés. Remplissez les moules de crème froide doucement en évitant que les ingrédients se mélangent. Réservez au frais pendant minimum 6h.

4/ Au moment de servir, préparez une vinaigrette avec l'huile, le yuzu, sel et poivre. Ajoutez-y le persil concassé et les crevettes.

5/ Démoulez délicatement les panna cotta, dressez-les au centre d'une assiette et garnissez de la salade de crevettes.

REGARDEZ LES PREPARATIONS EN VIDEO :

http://www.rtbf.be/tv/emission/detail_un-gars-un-chef/actualites/article_gigot-d-agneau-a-la-creme-d-ail-panna-cotta-d-asperges-et-salade-de-crevettes?id=9280157&emissionId=5931