Ecrit par Echo du Mardi le 2 novembre 2024

La recette d’épaule d’agneau de Haute-Provence du chef Nicolas Bottero



Nicolas Bottero est le propriétaire et le chef de cuisine du restaurant étoilé Le Mas Bottero, situé à Saint-Cannat, dans les Bouches-du-Rhône. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette d’épaule d’agneau de Haute-Provence confite et croustillante avec choux frisé farci et jus réduit.

Ingrédients (pour 4 personnes) :
– 1 épaule d’agneau de Haute Provence avec os (1.5kg env)
– 100 g carottes
– 100 g oignons
– 1/2 tête d’ail
– 1/2 bq de sauge
– 1 bq d’herbes (thym, romarin, sarriette, laurier)
– 0.3 l de vin blanc
– 2 l de bouillon de volaille
– 3 œufs

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Ecrit par Echo du Mardi le 2 novembre 2024

– 300 g de panko (chapelure)
– 1 chou frisé
– 120 g de farce fine de volaille
– 100 g de châtaigne
– 100 g de brunoise de pomme crue
– 15 g de sauge hachée
– Huile, sel, poivre

Épaule d'agneau :
Faire colorer les épaules d'agneau dans une cocotte à l'huile. Tailler une grosse garniture aromatique (carotte, oignon, ail, sauge) et faire suer ensemble. Dégraisser et déglacer au vin blanc, réduire de moitié et mouiller au bouillon de volaille.
Cuire à frémissement à couvert pendant 2 heures. Décanter la viande, effilocher et compoter dans le jus de cuisson préalablement réduit (texture nappante). Garder un peu de jus pour l'assiette. Plaquer la viande dans un plat rectangulaire et refroidir. Une fois froid, tailler des bandes de la dimension voulue (pour notre recette 10x3x3 cm).
Battre les œufs et paner 2 fois dans les œufs et le Panko. Colorer côté pané dans une poêle avec une bonne quantité d'huile. Finir la réchauffe à four moyen.

Choux farci :
Ébouillanter les premières feuilles de choux et les refroidir directement à l'eau glacée. Tailler les cotes et mettre à égoutter.
Tailler le reste du chou finement et suer à l'huile en assaisonnant dès le départ. Cuire à couvert. Refroidir. Tailler les pommes et les châtaignes cuites en brunoise. Lier à la farce fine de volaille et façonner des cannellonis de choux (10 cm) à l'aide d'un film alimentaire en disposant la feuille de choux blanchie à l'extérieur et en roulant sur elle-même avec la farce chou. Cuire 5 minutes au four vapeur pour cuire la farce de volaille.

Dressage :
Disposer le chou farci dans l'assiette avec un trait de purée de châtaigne et rappel des éléments de la farce : brunoise de pomme, feuille de sauge, morceau de châtaigne. Dresser l'agneau en parallèle et verser le jus d'agneau à la sauge.

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Ecrit par Echo du Mardi le 2 novembre 2024



DR

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !