

Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

GIGOT FARCI AUX PISTACHES, AUX ANCHOIS ET AUX HERBES

Pour 6 personnes :

1,5 kg gigot ou épaule d'agneau désossé et ouvert par le boucher (demander les os sciés par lui) - 100g pistaches émondées - 90g anchois à l'huile - 4 gousses d'ail - 1 bouquet de persil plat - 1 branche de romarin - 6 brins de thym citron - 1 citron non traité - huile d'olive - sel - poivre -

La veille : préparer la fare, torrifier les pistaches 10 minutes à 150° (th.5). Les sortir, les laisser tiédir. Les mixer avec les herbes, les gousses d'ail et les anchois. Ajouter un peu d'huile si nécessaire. Râper le zeste de citron et l'ajouter à la farce, saler et poivrer le tout.

Saler et poivrer généreusement le gigot. Etaler la farce, fermer le gigot et le ficeler comme un rôti. L'emballer dans du film alimentaire. Entreposer au réfrigérateur.

Le lendemain, sortir le gigot du réfrigérateur 1h00 avant cuisson. Préchauffer le four à 220° (th.7-8).

Cuire 3/4 h00 le gigot (15minutes par livre ou 500g). Laisser reposer dans le four éteint sous papier alu la moitié du temps de cuisson.

Menus Propos © 2007

<http://menuspropos.canalblog.com/>

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr