



Les Délices de Mimm

*Des recettes simples pour toutes les occasions
M devise : Vite, beau et bon !*



Souris d'agneau laquées au sirop d'érable



INGREDIENTS : 4 personnes

4 Souris d'Agneau
8 échalotes
Huile d'Olive
Sirop d'Erable
1 cube de bouillon
Sel, poivre
Romarin

PREPARATION :

Dans une cocotte mettre 4 cuillères d'huile d'olive et faire dorer les souris de tous les côtés.

Lorsqu'elles sont bien dorées, ajouter les échalotes entières, un verre d'eau et une branche de romarin. Saler l'agneau, puis faire couler un filet de sirop d'érable sur chaque morceau

Faire cuire à feu doux et à couvert pendant 2 h à 2h30, en les retournant plusieurs fois et en faisant couler le jus de cuisson sur la viande

S'il n'y a plus assez de jus dans la cocotte, ajouter un peu d'eau tiède

A mi-cuisson, mettre à nouveau un filet de sirop d'érable sur la viande

A la fin de cuisson, la sauce doit être sirupeuse.

Ne pas hésiter à faire couler le jus d'érable plusieurs fois pendant la cuisson sur la viande pour lui donner un aspect laqué

Les Délices de Mimm

<http://www.delicesdemimm.com/>