Chaussée de Charleroi, 92
1060 Bruxelles
02 534 23 40
http://www.mmmmh.be

Epaule d'agneau rôtie

Ingrédients

1 épaule d'agneau, Sel , Poivre, Herbes aromatiques (thym, romarin, origan), Ficelle alimentaire, Huile d'olive, mesclun ou jeunes pousses, moutarde, vinaigre,

Préparation

Désosser l'épaule en retirant tout d'abord l'omoplate par l'intérieur puis désosser la partie supérieure, puis l'os inférieur
Ouvrir, bien mettre à plat, aplatir afin d'avoir devant soi un rectangle.
Assaisonner : sel, poivre, romarin, thym, au choix, puis rouler pour créer un rouleau (un peu comme une pancetta italienne roulée).
Ficeler en faisant des boucles successives, bien serrer, saler poivrer l'extérieur.
Colorer à la poêle à l'huile d'olive, laisser reposer puis cuire au four à 180° pendant deux fois 15 minutes séparées par un temps de repos de 15 minutes.
Laisser reposer encore 10 minutes, et servir en tranches, chaud, tiède ou froid avec une salade bien vinaigrée et une cuiller de moutarde

Notes :