

Farcis agneau à la tomate et autres légumes

VOTRE MARCHE POUR 4 PERSONNES

- 6 tomates mûres
- 1 épaule d'agneau avec os
- 1 garniture aromatique
- Huile d'arachide
- 30g beurre
- 1 bouquet garni
- 6 courgettes rondes
- 6 fleurs de courgettes
- 6 oignons nouveaux
- 6 pommes de terre
- 300g pain rassis
- 30cl lait
- 30cl de crème
- 200g de concassée de tomates
- 150g de jambon en petits dés
- 50g parmesan râpé
- 20g persillade
- 1 œuf entier
- 1 jaune d'œuf

(Facultatif 100g de truffes noires Mélanosporum)

- 2dl d'huile de truffe
- Sel, poivre du moulin
- 50g beurre
- 3dl jus d'un rôti

LA RECETTE

Cuire l'épaule d'agneau la veille dans une plaque à rôtir avec la garniture aromatique en l'arrosant souvent de chaque côté. Après cuisson, réservez l'épaule au réfrigérateur. Cuire tous les légumes dans une grande chauffante d'eau salée sauf : les fleurs de courgettes et les tomates que vous aurez vidé à l'aide d'une cuillère et assaisonnées. Les légumes doivent être bien cuits. Les refroidir sous l'eau glacée. Récupérer tous les intérieurs des autres légumes. Désosser l'épaule d'agneau cuite rosé et couper des cubes les plus réguliers possibles de ½ cm de côté et verser le tout dans un gros saladier. Tremper le pain dans le lait et la crème pour le ramollir et ajouter tous les autres ingrédients ainsi que les intérieurs des légumes. Bien mélanger. Rectifier l'assaisonnement. Il faut que la farce soit souple. Farcir tous les légumes, les déposer dans un plat à sabot avec un peu d'huile, un peu de beurre et le jus de viande. Arroser les légumes durant 5 minutes et les cuire environ 40 minutes au four à 160°C. Sortir les farcis du four et les servir.

Le conseil du chef

En accompagnement il peut être servi un mesclun ou des légumes de saisons : belles asperges, carottes fanes. Toujours cuire les légumes dans l'eau salée pour qu'ils ne soient pas trop secs après la cuisson au four. Ainsi les légumes resteront souples.

ACCORD METS/VIN

Vino di Gio blanc du Clos Saint-Vincent

Ce plat qui sent bon le soleil fera merveille avec cette belle cuvée. Composé exclusivement à base de rolle élevé selon les principes de la viticulture biologique (sans insecticides, ni produits chimiques), ce vin issu de l'AOC Bellet présente en bouche un léger boisé, fruit d'un élevage de 18 mois en fûts de chêne. Habillé d'une jolie robe jaune claire, il développe des notes d'amande, de vanille et de fruits blancs. Gras, équilibré et très aromatique, il dévoile in fine une belle persistance florale.

Difficulté 2/5