

Agneau de lait tendre et croustillant sous vide

Auteur: Erlantz Gorostiza



Ingredients

Saumure (pour les roulés d'agneau) :

1 kg d'épaule d'agneau désossée
1 l d'eau minérale
80 g de gros sel de mer

Bouillon d'agneau aux herbes (pour les roulés d'agneau) :

500 g de bouillon d'agneau
7 g de Ras el hanout
1 g de carvi
2 g de poivre vert séché

Roulés d'agneau (sous vide) :

Épaule d'agneau
Saumure
Bouillon d'agneau
Beurre
Beurre clarifié

Lentilles trempées :

125 g de lentilles Beluga
750 g d'eau minérale

Ragoût de lentilles :

125 g de lentilles trempées pendant la nuit (elles auront doublé de volume)
315 g d'eau minérale
315 g de bouillon d'agneau
40 g de carottes
5 g d'ail
50 g de blanc de poireau
40 g d'oignon
1 feuille de laurier
3 grains de poivre noir

Préparation

Saumure (pour les roulés d'agneau) :

Peser toute la viande après l'avoir désossée. Ajouter 1 l d'eau minérale et 80 de gros sel de mer par kg de viande. Bien mélanger jusqu'à dissolution complète du sel dans l'eau.

Bouillon d'agneau aux herbes (pour les roulés d'agneau) :

Verser le bouillon d'agneau et toutes les herbes dans une casserole, porter à ébullition pendant 3 minutes, sceller avec du film étirable et laisser infuser à température ambiante jusqu'à refroidissement complet. Passer au tamis fin et faire réduire avec une noix de beurre jusqu'à obtention d'une sauce. Ce bouillon servira à mouiller le roulé d'agneau après l'avoir saisi.

Roulés d'agneau (sous vide) :

Désosser et dénervier l'épaule crue. Réserver les jarrets. Laisser macérer les épaules d'agneau dans la saumure pendant 45 minutes. Les sortir et sécher en tapotant. Former les roulés en les entourant de film étirable et en appuyant fortement. Dans un sachet sous vide, conditionner complètement sous vide avec un peu de bouillon et une noix de beurre. Faire cuire pendant 15 heures à 58°C au bain **fusionchef**. Refroidir ensuite avec beaucoup de glace afin d'interrompre le processus de cuisson au plus vite et baisser rapidement la température. Avant de servir, réchauffer au bain sous vide. Sortir la viande du sachet dès qu'elle est réchauffée et bien la sécher. Dans une quantité suffisante de beurre clarifié, en appliquant un poids, saisir la viande côté peau jusqu'à ce que celle-ci soit bien dorée. Bien badigeonner avec le bouillon d'agneau et trancher. Réchauffer brièvement dans une salamandre et assaisonner. Chaque roulé d'agneau correspond à 6 portions.

Lentilles trempées :

Dans un récipient fermé, faire tremper les lentilles dans de l'eau pendant une nuit. Le lendemain, égoutter en évacuant bien toute l'eau.

Ragoût de lentilles :

Placer les légumes dans un filet et mettre dans une casserole. Le filet évitera le mélange des lentilles et des légumes facilitera ensuite leur retrait. Sur une plaque d'induction niveau 2, faire cuire le ragoût pendant 40 minutes. Sceller la casserole

Agneau de lait tendre et croustillant sous vide

Sauce au bouillon de lentilles :

500 g de bouillon de lentilles
12 g de Ras el hanout
Beurre

avec du film étirable et laisser infuser pendant une heure.

Égoutter délicatement et réserver le bouillon pour la confection de la sauce. Étaler uniformément les lentilles sur une plaque et laisser refroidir.

Farce pour les ravioles (sous vide) :

200 g de jarret d'agneau
30 g de pied de porc
50 g de champignons émincés
1 oignon blanc émincé
10 g de bouillon d'agneau et Ras el hanout

Sauce de bouillon de lentilles :

Porter le bouillon de lentilles réservé à ébullition. Ajouter le Ras el hanout et laisser bouillir pendant 3 minutes. Sceller la casserole avec du film étirable et laisser entièrement refroidir à température ambiante.

Passer la sauce refroidie à travers un tamis très fin et faire réduire avec une noix de beurre jusqu'à obtention d'une sauce **onctueuse, mais pas trop épaisse**.

Ravioles de potiron :

Potiron
Farce pour les ravioles

Farce pour les ravioles (farce à l'agneau - sous vide) :

Comme auparavant les roulés d'agneau, faire cuire les jarrets d'agneau réservés lors du désossage pendant 15 heures à 58 °C au bain **fusionchef**.

Bien désosser ensuite afin d'éliminer toute la peau et les nerfs et ne garder que la chair.

Hacher finement tous les ingrédients et bien mélanger avec la sauce réduite au bouillon d'agneau et au Ras el hanout. Mettre dans une douille et réserver pour la confection des ravioles.

Carré d'agneau :

Carré d'agneau de lait

Pour le service :

Citron confit en cubes
Pousses de petits pois
Flocons de sel

Ravioles au potiron :

À l'aide d'une trancheuse, découper le potiron en tranches les plus fines possibles. Par raviole, disposer deux tranches en forme de croix. Déposer un peu de farce au centre, rabattre les bandes de potiron par-dessus et refermer en appuyant bien de façon à obtenir des ravioles bien rebondies. Mettre de côté pour le service.

Carré d'agneau :

Décoller les os avec précaution et dégager les côtes une à une (attention, les os sont très fragiles), conditionner sous vide dans un sachet et faire cuire pendant 6 heures à 58 °C au bain sous vide. Poser ensuite immédiatement le sachet sous vide dans de l'eau glacée afin d'interrompre rapidement le processus de cuisson. Chaque carré correspond à 4 portions.

Présentation (sous vide) :

Préalablement au service, réchauffer les côtes pendant 10 minutes à 58 °C au bain **fusionchef**. Saisir ensuite pendant quelques minutes dans une poêle antiadhésive jusqu'à ce que la peau soit bien croustillante. Faire réchauffer les ravioles 3 minutes au four à 180°C.

Dans le fond d'une assiette creuse, déposer quelques lentilles cuites, napper de 2 à 3 cuillères de sauce afin de couvrir entièrement le fond de l'assiette. Placer une part d'agneau et deux ravioles de potiron et garnir l'agneau de quelques cubes de citron confit. Poser deux côtes d'agneau sur le roulé d'agneau et agrémenter chaque raviole de potiron d'une pousse de petit pois. Terminer en saupoudrant l'agneau et les ravioles de quelques flocons de sel aux herbes.

Cette recette a été mise aimablement à notre disposition par Erlantz Gorostiza.