



Temps de préparation : 30 mn.
 Temps de cuisson : légumes : 30 mn.
 Agneau : 25 mn.



Médailon d'épaule d'agneau en persillade et sa galette de carottes et pointes d'asperges

Une recette de Christophe HAMELIN
 Centre Hospitalier - Saumur

- 20 g d'ail • 50 g de persil
- 480 g d'oignons • 100 g de beurre • 30 g de fond de veau • 100 g de feuilletage
- 8 carottes nouvelles • 1/2 botte d'asperges • 10 cl d'huile d'olive • 1/4 botte de cerfeuil • thym, laurier, romarin • sel et poivre

Suggestion de vin
 Saumur Champigny

- 1 Faire des mini-rôtis d'épaule d'agneau à la persillade (persil haché, ail, huile d'olive).
- 2 Eplucher les légumes.
- 3 Confectionner la compote d'oignons (eau, beurre, oignons, thym et sel).
- 4 Glacer les carottes entières.
- 5 Cuire le feuilletage détaillé en rond.
- 6 Cuire les asperges à l'anglaise.
- 7 Marquer les mini-rôtis, les mettre dans du papier aluminium et les passer dans le four 10 mn à 120°C. Laisser sur le bord du fourneau pour respecter la liaison chaude.
- 8 Confectionner la sauce (oignons, fond de veau, jus d'agneau, ail, romarin et beurre).
- 9 Monter les petites galettes de carottes : feuilletage, compote d'oignons et carottes émincées, monter en rosace puis lustrer au beurre et au thym.
- 10 Sauter les pointes d'asperges au beurre.

Dresser l'assiette

- 1 Disposer la galette au centre de l'assiette et couper les mini-rôtis en médaillon.
- 2 Disposer 3 médaillons autour de la galette et les pointes d'asperges coupées en deux à côté des médaillons.
- 3 Napper de sauce les médaillons et poser des branches de romarin sur chaque médaillon ainsi qu'une pluche de cerfeuil sur la galette.