

LES RECETTES DE NOS CHEFS

SOURIS D'AGNEAU AUX ÉPICES DE LECKERLI, À L'ORANGE ET AUX FÈVES À LA CRÈME, ET SA BRUNOISE DE LÉGUMES.

INGRÉDIENTS

POUR 4 PERSONNES

- 4 souris d'agneau
- 1dl d'huile de tournesol (résistant à la cuisson)
- 7g / kg de fleur de sel
- 4 gousses d'ail en chemise
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- 2 cuillères à soupe de jus d'orange + les zestes
- 2 cuillères à soupe de miel
- 2 dl de vin blanc
- épices diverses : poivre, épices de Leckerli, feuille de laurier
- 2 lt de fond de veau
- 800g de fèves décortiquées
- 100g de brunoise de légumes, (carotte, céleri, poireau, oignons)
- 2 dl de crème.

PRÉPARATION

A préparer la veille

Mélanger le miel, la sauce soja, l'huile de tournesol, le jus d'orange, le sel, les épices et l'ail.
Ajouter les souris et bien les enrober de marinade.

Laisser reposer une nuit au réfrigérateur

Le lendemain, retirer les souris de la marinade, les saisir dans une plaque au four à 250° durant 15minutes.

Préparer la sauce :

- Récupérer la marinade et la faire réduire dans une casserole, avec le vin blanc
- Ajouter du fond de veau
- Ajouter les souris
- Enfourner à froid, puis chauffer à 130° pendant 1 heure
- Puis à 80° toute la nuit ou au minimum durant 3 heures
- Les souris doivent être moelleuses.

Préparer les fèves :

- Dans une casserole, faire revenir les oignons, les légumes en brunoise et les fèves.
- Ajouter la crème, porter à ébullition et retirer du feu
- Prendre une assiette creuse, y déposer les fèves et ajouter une souris avec une branche de romarin.

Retrouvez toutes nos recettes sur:
www.eldora.ch/recettes