

Souris d'agneau (à défaut gigot) rôtie, haricots de Soisson au thym et purée d'ail doux

Le tout en BIO

Recette proposée par David Farat, chef,
ancien élève de l'Ecole Supérieure de Cuisine Française Grégoire Ferrandi

INGREDIENTS POUR 4 PERSONNES :

2 souris d'agneau (à défaut 1
petit gigot)
200g d'haricots de Soisson
4 têtes d'ail
Thym
1 botte de cerfeuil
Huile d'olive

RECETTE:

Placer les souris dans un plat à rôtir, les assaisonner de sel, de poivre, de thym et de gousses d'ail non épluchées juste écrasées sous la paume de la main. Ajouter du beurre (possibilité de dégraisser en fin de cuisson) et enfourner à 150°C puis augmenter la température progressivement jusqu'à 200°C. Arroser régulièrement avec le jus de cuisson.

Dans une petite casserole, placer 3 gousses d'ail et recouvrir d'eau froide. Porter l'eau à ébullition et débarrasser celle-ci. Renouveler l'opération 2 fois. Ensuite, remplacer l'eau par de l'huile d'olive et confire les gousses à petit feu pendant 1h. Lorsque celles-ci sont confites, passer les gousses au moulin à légume la pulpe en purée.

Placer les haricots de Soisson dans une grande casserole, recouvrir d'eau froide non salée dans laquelle on mettra une boule à thé avec quelques branches de thym frais (ou du bouillon de légumes non salé) et cuire à petite ébullition. Au fur et à mesure de la cuisson, ajouter un peu de liquide si nécessaire. Lorsque les haricots sont cuits, les refroidir sous l'eau froide, les éplucher puis les placer dans une poêle et ajout un peu de purée d'ail doux mélangée à de la sauce de rôti pour lier le tout. Saler et poivrer et ajouter quelques feuilles de cerfeuil.

Débarrasser les souris lorsqu'elles sont cuites et les envelopper une par une dans du papier d'aluminium. Dégraisser la sauce si nécessaire, la filtrer. Couper les souris en tranches fines et les servir arroser d'un peu de sauce.

Bon appétit

