

Agneau de la Romandie avec polenta tessinoise, poivrons et sauce à l'ail sauvage



Une recette de Rolf Fliegau, chefcuisinier du restaurant Ecco à l'Hôtel Giardino.

Préparation



Temps requis env. 180 minutes



Difficulté Difficile - Pour professionnels



Dosage 2 personnes

Caractéristiques



Plat Viande - Agneau



Produit typiques Polenta - 0 km



Adapté en Printemps - Déjeuners spéciaux

INGRÉDIENTS

Longe d'agneau
rôtie

- Longe d'agneau
- Ail
- Thym
- Pesto de poivrons secs (indications ci-dessous)
- Citron frais
- Ciboulette

Poivrons confits

- Poivrons
- Huile d'olive
- Thym
- Romarin
- Ail

Pesto de
poivrons secs

- Poivre rouge
- Huile d'olive
- Sel

Compote
d'aubergines

- 1 aubergine
- Huile d'olive
- Sel
- Thym
- Ail
- 10 g d'échalote coupée en cubes
- 10 ml de jus de veau
- 10 g de pâte miso
- Limette râpée
- Sel
- Poivre noir

Polenta
tessinoise

- 100 g de polenta tessinoise
- 160 ml de lait
- 160 ml de fond de volaille
- Sel
- Thym
- Romarin
- Ail
- 1 jaune d'œuf

Sauce à l'ail
sauvage

- 10 g de parmesan râpé

- 30 g d'échalote
- 30 g de champignons
- 100 g de côtelettes d'agneau
- 200 g d'os d'agneau
- 50 ml de vin rouge
- 25 ml de vin de Madère
- 25 ml de vin rouge de Porto
- 500 ml de bouillon de veau
- 100 ml de fond de volaille
- 1 gousse d'ail
- 2 tomates cerises
- Thym frais
- 20 g d'ail sauvage frais
- 1/4 de zeste de citron

PRÉPARATION

Longe d'agneau rôtie

1. Parer la viande d'agneau en laissant la graisse sur le dos et en la coupant finement, la saler et la faire frire dans du beurre de noix jusqu'à ce que la graisse prenne une belle couleur.
2. Faites cuire au four à 180 degrés pendant 3 minutes, puis laissez mijoter dans le Holdomat afin que la température remonte et que la viande puisse se reposer.
3. Puis faites de nouveau sauter dans une poêle, ajoutez le beurre frais, le thym, l'ail et l'agneau.
4. Avant de servir, étalez le pesto de poivre sur le dessus, ajoutez de la ciboulette et du zeste de citron frais et assaisonnez de fleur de sel et de poivre fraîchement moulu.

Poivrons confits

1. Faites chauffer l'huile d'olive et laissez les herbes et l'ail l'assaisonner pour qu'elle soit bien aromatisée.
2. Pelez les poivrons, coupez-les en rondelles ou selon la forme que vous préférez et faites-les cuire dans l'huile selon la méthode du confit jusqu'à ce qu'ils soient tendres mais qu'ils aient encore une légère morsure.
3. Retirez-les de l'huile, laissez les poivrons et l'huile refroidir.
4. Remettez les poivrons dans l'huile aromatisée et conservez-les. Faites chauffer les poivrons à la minute dans une poêle avec un peu d'huile d'olive.

Pesto de poivrons secs

1. Pelez les poivrons rouges et séchez-les complètement dans l'Excalibur ou au four, mettez-les dans le Thermomix, remuez, ajoutez un peu d'huile d'olive et faites une sorte de pesto.
2. Assaisonnez avec un peu de sel.

Compote d'aubergines

1. Coupez l'aubergine en deux, faites des coupes en diagonale sur sa surface et faites-la mariner avec un peu d'huile d'olive, du thym, de l'ail et du sel.
2. Faites cuire au four à 160 degrés pendant 50 minutes, puis retirez-la et laissez-la cuire à la vapeur pendant 15 minutes.
3. Faites revenir l'échalote dans un peu d'huile d'olive jusqu'à ce qu'elle devienne incolore, ajoutez l'aubergine et laissez cuire un peu, assaisonnez avec les autres ingrédients et assaisonnez selon votre goût.

Polenta tessinoise

1. Faites bouillir le lait et le fond de volaille et assaisonnez avec du romarin, du thym et de l'ail, laissez reposer 10 minutes et égouttez.
2. Faites rôtir la polenta dans une casserole sèche à feu doux jusqu'à ce qu'elle dégage une odeur agréable, puis mouiller avec le lait aux herbes, assaisonnez, couvrez la casserole et laissez reposer pendant 20 minutes.
3. Faites chauffer la polenta à nouveau, ajoutez le jaune d'œuf et le parmesan, mélanger.
4. Étalez la polenta sur une plaque de cuisson et laissez-la refroidir au réfrigérateur.
5. Coupez la polenta et faites-la frire dans une poêle avec du beurre de noix jusqu'à ce qu'elle soit dorée des deux côtés.

Sauce à l'ail sauvage

1. Faites revenir les morceaux d'agneau dans une poêle avec un peu d'huile jusqu'à ce qu'ils soient chauds et colorés, ajoutez l'échalote et les champignons et faites-les revenir.
2. Faites rôtir les os d'agneau au four à 180° C jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
3. Déglacer la casserole avec l'alcool jusqu'à ce qu'il soit réduit, ajouter le bouillon de volaille et le jus de veau et porter à ébullition, ajouter l'ail et les tomates cerises et faire bouillir doucement pendant 20 minutes jusqu'à ce que la sauce ait la consistance nécessaire.
4. Filtrer à travers un tamis fin, porter à nouveau à ébullition, ajouter les herbes et le zeste de citron, laisser mijoter à nouveau pendant un court instant et filtrer.

Servir

Mettez la polenta rôtie dans l'assiette et disposez la viande à côté, disposez les poivrons de façon décorative et mettez un peu de compote d'aubergines à côté. Etaler le pesto de poivrons en petits points sur l'assiette, verser le jus et décorer avec des micro herbes.