

CARRÉ D'AGNEAU EN CROÛTE, CHOU-FLEUR AU GRATIN ET TOMATES À LA PROVENÇALE®



4
portions

Carré d'agneau en croûte à la chapelure de patate douce, cari et graines de lin :

- 2 Petits carrés d'agneau, coupe française
- Au goût Sel de mer
- Au goût Poivre blanc
- 50 g Beurre non salé
- 1 gousse Ail
- 1 tige Thym frais
- 30 g Moutarde de Dijon
- 150 g Chapelure de Pain Cuisiné à la patate douce, cari et graines de lin
- 30 g Huile d'olive extra-vierge

Gratin de chou-fleur et de fromage Comté :

- 500 g Fleurettes de chou-fleur

- 30 g Beurre non salé
- 30 g Farine à pâtisserie ou tout usage
- 200 g Lait entier
- 50 g Crème fraîche
- Au goût Sel de mer
- Au goût Poivre blanc
- Au goût Muscade
- 25 g Fromage comté vieilli, râpé
- 150 g Chapelure de Pain Cuisiné aux épinards et ail rôti

Tomates à la provençale :

- 4 Tomates anciennes bien mûres
- Au goût Sel de mer
- Au goût Poivre blanc
- 150 g Chapelure de Pain Cuisiné à la carotte mauve et céleri-rave
- 1 Gousse d'ail émincée
- 30 g Huile d'olive extra-vierge

Instructions

Carré d'agneau en croûte

- /// Faire de légères entailles dans le gras des carrés d'agneau, saler et poivrer.
- /// Saisir l'agneau dans un beurre légèrement bruni, avec l'ail et le thym.
- /// Transférer au four et cuire à 400 °F/200 °C pendant 7 ou 8 minutes.
- /// Laisser la viande reposer pendant 15 minutes.
- /// Mélanger les miettes de Pain Cuisiné avec l'huile d'olive et mettre de côté.
- /// Badigeonner le dessus des carrés d'agneau avec la moutarde de Dijon et recouvrir avec le mélange de pain.
- /// Au moment de servir, remettre les carrés d'agneau au four pendant 7 à 8 minutes.
- /// Servir avec du jus d'agneau réduit et des herbes fraîches.

Gratin de chou-fleur et de fromage Comté :

- /// Cuire le chou-fleur dans une eau bouillante salée pendant 7 à 10 minutes et refroidir dans une eau glacée.
- /// Égoutter le chou-fleur et le mettre dans un plat prébeurré et assaisonné.
- /// Préparer un roux et mettre de côté.

- /// Dans la même casserole, amener le lait, la crème fraîche, le sel, le poivre et la muscade à ébullition.
- /// Baisser le feu, ajouter le roux en plusieurs fois et cuire pendant environ 1 minute et remuant constamment avec un fouet.
- /// Ajouter le fromage Comté, verser sur le chou-fleur et couvrir avec les miettes de Pain Cuisiné.
- /// Mettre au four à 400 °F/200 °C et cuire pendant 20 à 25 minutes, ou jusqu'à la formation d'un gratin.

Tomates à la provençale :

- /// Laver, enlever le cœur et couper les tomates en deux, sur le côté.
- /// Retirer les pépins et le jus, déposer dans un plat, puis saler et poivrer généreusement.
- /// Dans un bol, combiner les miettes de pain, l'ail et l'huile d'olive, et recouvrir les tomates avec ce mélange.
- /// Mettre au four à 400 °F/200 °C et cuire de 30 à 40 minutes, ou jusqu'à ce que le mélange soit tendre.