

## Epaule d'agneau Cocotte

### Nombre de personnes :

4

### Temps de cuisson :

1h45

### Ingrédients

- 1 épaule d'agneau
- farine
- Ail
- Aromates : Thym ou autres

### Etapes de la recette

Dans une cocotte faites fondre du beurre et à feu vif. Faites dorer l'épaule d'agneau en la retournant souvent.

Après 10 à 15 minutes environ, retirez le morceau d'épaule de la cocotte et mettez-le en attente dans une assiette.

A feu doux mettez 2 cuillerées à soupe de farine dans la cocotte et délayez avec environ 2 verres d'eau (ou de vin blanc sec) de façon à faire une sauce un peu épaisse.

Ajoutez 2 à 3 gousses d'ail finement coupées ainsi que du sel, du poivre et des aromates de votre choix.

Remettez le morceau d'agneau dans la cocotte, couvrez et laissez mijoter 1h30 maximum en remuant de temps en temps. Si le morceau est petit (1 livre) 1h00 de cuisson suffira.

Nota: l'épaule d'agneau à la cocotte à tendance à réduire.

### Le conseil de votre boucher

Pour tous les plats à mijoter, mettez votre cocotte couverte au four à 200° environ (thermostat 7). C'est un excellent mode de cuisson.

Partager sur

FACEBOOK