



Selle d'agneau confite, tomates confit de poivrons et harissa



Préparation agneau

Mettre tous les ingrédients sous vide et les cuire à la vapeur à 59 °C pendant 25 minutes. Déballer puis faire revenir dans une poêle avec du beurre et un peu de thym. Constituer des portions et dresser. Décorer de thym.

Préparation tomates

Blanchir les tomates cerises dans l'eau chaude pendant 10 secondes. Les passer tout de suite dans l'eau froide et les émonder. Saler et poivrer. Laisser dessécher au four durant 2 heures en mode air chaud à 80 °C.

Préparation rondelles de tomates

Découper une dizaine de tomates cerises en tranches et les poser sur une assiette. Saler et poivrer. Arroser d'un filet d'huile d'olive, déposer une branche de thym ainsi qu'une tranche d'ail et laisser dessécher au four pendant 2 heures en mode air chaud à 80 °C.

Rezept für 4

Ingrédients agneau

600 g de selle d'agneau,
désossée et
parée/prête à être poêlée
2 cs d'huile d'olive
Sel et poivre
Un peu de fenugrec
½ gousse d'ail
Beurre
Thym

Ingrédients tomates

8 à 10 tomates cerises en
grappe
Sel et poivre

Ingrédients rondelles de tomates

10 tomates cerises
1 branche de thym
1 tranche d'ail
Sel et poivre
Huile d'olive



Préparation confit de poivrons

Poser les poivrons coupés en deux sur une plaque en inox et arroser d'un filet d'huile d'olive. Cuire au four pendant 40 minutes en mode air chaud à 140 °C. Enlever ensuite la peau et hacher menu les poivrons. Mettre de l'huile d'olive à chauffer, ajouter l'ail et les échalotes et faire revenir jusqu'à ce qu'ils soient légèrement transparents. Ajouter les poivrons, saler et poivrer et relever avec le sambal oelek.

Préparation harissa

Faire revenir le cumin, l'ail et la coriandre dans de l'huile d'olive. Ajouter les piments et le confit de poivrons et mélanger brièvement. Mixer le tout à la moulinette pour obtenir une masse homogène.

Préparation pommes de terre

Découpez les pommes de terre en bâtons d'environ 1,5 cm de large sur 4,5 cm de long. Mettre tous les ingrédients sous vide et cuire à la vapeur pendant 45 minutes à 85 °C.

Anrichten

Réglage de cuisson agneau

Avec préchauffage

25 minutes | Vapeur 59 °C

Réglage de cuisson tomates

Avec préchauffage

2 heures | Air chaud 80 °C

Réglage de cuisson confit de poivrons

Avec préchauffage

40 minutes | Air chaud 140 °C

Réglage de cuisson pommes de terre

Avec préchauffage

45 minutes | Vapeur 85 °C

Conseil / Présentation

Ajouter un peu de zeste de citron au jus d'agneau, assaisonner de petites feuilles d'épinard avec de l'huile, du vinaigre, de l'échalote, du sel et du poivre et disposer tous les ingrédients sur l'assiette.

Ingrédients confit de poivrons

4 poivrons rouges coupés en deux et égrenés
Un peu d'huile d'olive
1 gousse d'ail hachée menu
1 échalote découpée finement
2 cs d'huile d'olive
Sel et poivre
1 pointe de couteau de sambal oelek

Ingrédients harissa

30 g de piments rouges (grandes cosses) égrenés et blanchis 3 fois (porter à ébullition trois fois dans de l'eau fraîche)
70 g de confit de poivrons
1 ce de cumin
1 ce de poudre de coriandre
1 gousse d'ail hachée menu
2 cs d'huile d'olive

Ingrédients pommes de terre

2 grandes pommes de terre
Sel et poivre
2 cs d'huile d'olive
Branche de thym
Gousse d'ail