

AGNEAU MIJOTÉ AU CHAMPIGNONS

PRISCA MORJON



Préparation

15 min

Cuisson

1 heure

Personnes

4

Ingrédients

500g d'agneau (navarin, gigot découpé)
1 boîte de champignons frais élevés en martinique
1 bouquet garni haché (cives, persil, thym)
2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
3 gousses d'ail dégermées et écrasées
1 oignon émincé
4 piments végétariens hachés
2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
1 cuillère à soupe de 4 épices en poudre
1 cuillère à café de piment confit
2 feuilles de bois d'inde
150g de tomates concassées
50cl de fond d'agneau dilué dans 1 litre d'eau
Sel & poivre
10cl de rhum vieux
4 cuillères à soupe d'huile d'olive

Préparation

Détailler l'agneau en cubes.
Faire mariner l'agneau avec le vinaigre balsamique, sel, poivre, 4 épices, 1 cuillère à café de piment confit, l'ail et le rhum vieux.
Couvrir et laisser reposer 2h minimum (24h idéalement).
Dans une casserole, faire chauffer l'huile.
Y faire rissoler l'agneau. Ajouter les aromates hachés, les tomates concassées, les feuilles de bois d'inde et le fond d'agneau. Laisser mijoter 1h à feu moyen en mélangeant régulièrement (ou 45 minutes en cocotte minutes).
Couper les champignons en 4.
En conserver le quart. Ajouter le reste à l'agneau.
Rectifier l'assaisonnement et laisser mijoter à feu doux 15 minutes.
Servir avec du persil frais haché et les champignons crus restant.

Environ **5,00€** 
PAR PERSONNE