



Accueil » Recettes de cuisine » Viandes » Agneau et mouton

Sauté d'agneau aux petits légumes

Pour : 4 personnes Auteur : [Chef Philippe](#)
Durée : 2 heures
Difficulté : 0
note
[0 commentaire](#)

Ingrédients pour 4 personnes :

- 800 g de viande d'agneau (épaule, collier, poitrine, basses-côtes)
- 30 g de farine
- 3 cuillerées à soupe d'huile
- 1/2 litre de [fond de volaille](#)
- 1 cuillerée à soupe de concentré de tomates
- 500 g de carottes
- 8 petits oignons
- 8 petites pommes de terre
- bouquet garni
- sel
- poivre

Phases techniques pour Sauté d'agneau aux petits légumes :

- Couper la viande en morceaux carrés de 60 grammes chacun environ ; assaisonner de sel et de poivre et fariner.
- Les faire [rissoler](#) dans l'huile préalablement chauffée sur toutes les faces.
- Egoutter et mettre dans une grande cocotte.
- Couper les extrémités des carottes et les laver en les frottant bien avec une petite brosse ; Une fois lavées, les couper en morceaux pas trop gros ; les ajouter à la viande ainsi que l'oignon [ciselé](#) grossièrement.
- [Dégraisser](#) la poêle et [singer](#) avec une cuillerée de farine et laisser cuire quelques minutes à feu doux, toujours en remuant et en faisant prendre couleur à la farine. Incorporer peu à peu le bouillon, puis le concentré de tomate ; porter à ébullition et verser cette sauce sur la viande, en la passant au chinois. Assaisonner de sel et de poivre, ajouter le bouquet garni.
- Cuire à couvert au four chauffé à 160°C. Laisser cuire 1 heure.
- Eplucher les oignons, les mettre dans une casserole, les couvrir d'eau froide ; Porter à ébullition et retirer aussitôt du feu, égoutter.
- Gratter les petites pommes de terre, si elles sont nouvelles, ou les éplucher.
- Les mettre dans la cocotte en même temps que les oignons au-dessus des autres ingrédients. Saler légèrement puis remettre le couvercle et laisser cuire, toujours dans le four et à la même température pendant 30 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient tendres.
- Enlever le bouquet garni et servir bien chaud.