



Gigot d'agneau confit aux épices
La recette de la Boucherie Moderne

Temps de préparation : 25 minutes

Temps de cuisson : 7 h

Temps de repos : 12 heures

Recette pour 6 personnes

Ingrédients

- 1 beau gigot d'agneau
- 10 capsules de cardamome verte
- 2 clous de girofle
- 1/2 c à café de cannelle en poudre
- 1/2 c à café de cumin
- 1 dosette de safran en poudre
- 3 gousses d'ail
- 20 g de gingembre frais
- 1 grosse carotte
- 1 oignon
- 3 c à soupe d'huile d'olive
- 1 feuille de laurier
- Sel et poivre du moulin

1. La veille, écrasez les graines de cardamome et les clous de girofle et mélangez-les avec la cannelle, le cumin et le safran. Salez et poivrez le gigot, frottez-le avec le mélange d'épices, enveloppez-le de film alimentaire et gardez-le jusqu'au lendemain au réfrigérateur.
2. Le jour même, pelez l'ail et dégermez-le, pelez le gingembre et mixez ail et gingembre en purée. Pelez la carotte et l'oignon et coupez-les en morceaux.
3. Faites chauffer l'huile d'olive dans une grande cocotte à fond épais et faites colorer de gigot sur toutes ses faces puis retirez-le de la cocotte et mettez la purée d'ail et de gingembre, la carotte, l'oignon et la feuille de laurier à sa place ; faites revenir le tout 5 min sans coloration.
4. Remettez le gigot dans la cocotte, versez 1/2 de litre d'eau, couvrez et faites cuire pendant 7 heures à feu très doux.
5. Arrosez le gigot toutes les demi-heures en ajoutant de l'eau quand nécessaire et en le retournant délicatement à mi-cuisson.
6. Pour finir... en fin de cuisson, sortez le gigot de la cocotte et servez-le coupé en tranches, accompagné de son jus de cuisson filtré.

Les conseils de la Boucherie Moderne *Pour une cuisson parfaite*

Pour un gigot entier, une cuisson de 45 minutes à 220° sera parfaite. Il est important de conserver pendant la cuisson l'os, qui apportera du goût ! Et parce que Pâques est au début du printemps quoi de mieux que de l'agrémenter de petits légumes de saison, asperges vertes, artichauts, aubergines, blettes, radis, carottes ... Les préparations sont nombreuses et toutes aussi gourmandes. Pour s'assurer de la cuisson, la lame du couteau est le meilleur juge. 10 secondes dans la chair, si elle ressort tiède c'est que c'est cuit. Avant de servir l'agneau et de le découper, envelopper la viande dans une feuille d'aluminium pendant 15 minutes ce qui permettra au jus de se répartir dans la chair pour un rendu moelleux. Il est temps de se régaler !

Pour une conservation optimale

La viande d'agneau peut être conservée au réfrigérateur entre 2/3 jours pour une préparation aux légumes et 4/5 jours pour un rôti sur une assiette couverte d'un film alimentaire. L'agneau se prête très bien à la préparation à l'avance, il est donc temps de se mettre en cuisine pour le prochain weekend.

Pendant la période de confinement et pour faciliter le quotidien des parisiens, La Boucherie Moderne continue de livrer ses viandes et ses produits à domicile, à Paris et en Ile de France. Les villes où la livraison est possible sont [à retrouver sur le site epicery](#).