



Navarin d'agneau bio à la châtaigne et au potiron

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 35 minutes

Temps de cuisson : 1 h30

Recette pour 4 à 6 personnes

Ingrédients

- 1,2 kg d'épaule d'agneau bio désossée et coupée en gros cubes d'environ 70 g chacun
- 1 gros oignon
- 5 gousses d'ail
- 1 branche de thym
- 1 feuille de laurier
- 1/4 de litre de vin de noix
- 1/4 de litre d'eau chaude
- 1 c. à soupe de farine
- 2 c. à soupe d'huile de tournesol
- 250 g de châtaigne
- 300 g de potiron
- 1 c. à soupe d'huile de noix
- Sel et poivre du moulin

1. Chauffer une cocotte en fonte avec l'huile d'olive, colorer les cubes d'agneau quelques minutes à feu vif.
2. Saler, poivrer, ajouter les gousses d'ail écrasées avec leur peau, l'oignon haché, le thym et le laurier, laisser roussir quelques minutes.

3. Déglacer avec le vin de noix et laisser réduire, ajouter la farine et mélanger, verser 1/4 de litre d'eau chaude et laisser mijoter 1 heure 15 à feu très doux.
4. Éplucher le potiron et le couper en cubes, l'ajouter avec les châtaignes dans la cocotte, mélanger et poursuivre la cuisson 15 minutes, toujours à feu très doux. Rectifier l'assaisonnement si besoin et, hors du feu, ajouter l'huile de noix et mélanger.
5. Servir le navarin d'agneau bio directement dans la cocotte de cuisson.