

RECETTE DE CUISINE DES GONES

BOURGUIGNON D'AGNEAU TRADITIONNEL



Bourguignon-d'Agneau-Traditionnel

Temps de préparation : 25 min (hors marinade)

Temps de cuisson : 2 h 30 à 3 h

Ingrédients : pour 4 Personnes

1,2 kg de collier ou souris d'agneau, coupés en gros morceaux

75 cl de vin rouge corsé (Bourgogne, Cahors, Syrah)

2 carottes, pelées et coupées en rondelles

2 oignons, émincés

2 gousses d'ail, hachées

150 g de lardons fumés

200 g de champignons de Paris, nettoyés et coupés en quartiers

2 cuillères à soupe de farine

50 cl de bouillon de volaille ou d'agneau

1 bouquet garni (thym, laurier, romarin)

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

30 g de beurre

Sel

Poivre du moulin

Préparation :

1. Mariner la viande (optionnel mais recommandé)

Couper l'agneau en morceaux.

Les placer dans un grand saladier avec une carotte en rondelles,
un oignon émincé, le bouquet garni et le vin rouge.
Couvrir et laisser mariner 12 heures au réfrigérateur
pour attendrir la viande et renforcer les arômes.

2. Préparer la cocotte

Égoutter la viande en réservant la marinade.

Bien éponger les morceaux.

Dans une grande cocotte, faire chauffer l'huile et le beurre à feu vif.
Faire dorer l'agneau sur toutes les faces, puis réserver.

3. Cuire les aromates

Dans la même cocotte, faire revenir les lardons
et l'oignon restant jusqu'à légère coloration.

Ajouter la seconde carotte et l'ail haché, puis faire revenir encore 2 minutes.

4. Lier et mijoter

Remettre la viande dans la cocotte.

Saupoudrer de farine et bien mélanger pour enrober les morceaux.

Laisser roussir 1 à 2 minutes.

Verser le vin filtré de la marinade puis le bouillon.

Ajouter le bouquet garni, couvrir et laisser mijoter à feu doux
pendant 2 h 30 à 3 h, jusqu'à ce que la viande soit très fondante
et que la sauce soit bien liée.

Remuer de temps en temps et ajuster l'assaisonnement en sel et poivre.

5. Ajouter les champignons

Environ 30 minutes avant la fin de cuisson,
faire revenir les champignons dans une poêle avec une noix de beurre.

Les ajouter ensuite dans la cocotte et poursuivre la cuisson
pour que les saveurs se mélangent.

Conseils de service et accompagnements

Servir avec une purée au beurre, des tagliatelles fraîches,
des pommes vapeur ou un écrasé de patates douces.

Pour une version plus forestière,
remplacer les champignons de Paris par des cèpes ou des girolles.

Servir le même vin rouge que celui utilisé
pour la cuisson afin d'harmoniser les saveurs.

Ce plat est encore meilleur réchauffé le lendemain,
après une nuit de repos au réfrigérateur.

Bon Appétit