

NAVARIN D'AGNEAU

Préparation : 30 min

cuisson : 1 h 30 min

- 800 g de collier d'agneau désossé
- 1 cuillère à café de sucre en poudre
- 1 cuillère à soupe de farine
- 20 cl de vin blanc sec
- 1 noix de muscade
- 2 tomates mûres
- 2 gousses d'ail
- 1 bouquet garni
- 300 g de petites carottes nouvelles
- 100 g de petits oignons blancs
- 200 g de petits navets nouveaux
- 300 g de haricots verts
- 300 g de petits pois écossés
- 25 g de beurre
- 2 cuillères à soupe d'huile
- Du sel, du poivre

6 personnes :

1. Découpez l'épaule d'agneau en 6 morceaux et collez-le en 6 tranches.
2. Faites chauffer l'huile dans une cocotte de grande taille et ajoutez les morceaux de viande deux par deux pour les faire colorer sans laissez-les roussir.
3. Quand ils sont tous dorés, égouttez-les et videz les deux tiers de la graisse fondue.
4. Remettez-les dans la cocotte et saupoudrez-les de sucre, mélangez, puis saupoudrez de farine et faites chauffer en remuant de 2 à 3 minutes pour cuire la farine.
5. Versez le vin et mélangez, salez, poivrez et ajoutez un peu de muscade râpé. Mettre à feu moyen.
6. Ebouillantez les tomates, puis pelez-les; épépinez-les et concassez-les.
7. Pelez les gousses d'ail et hachez-les.

8. Ajoutez ces ingrédients dans la cocotte ainsi que le bouquet garni. Ajoutez éventuellement un peu d'eau. Lorsque l'ébullition est atteinte, couvrez et faites mijoter pendant 45 min environ en écumant et en dégraissant régulièrement.
9. Pelez les carottes et les navets. Pelez les petits oignons, ôtez les fils des haricots verts, faites chauffer le beurre dans une sauteuse et mettez-y les carottes, les navets et les oignons, puis faites-les revenir en remuant pendant 10 min.
10. Égouttez-les. Faites cuire les haricots verts à la vapeur pendant 10 min. Ajoutez carottes, navets, oignons et petits pois dans la cocotte.
11. Mélangez et couvrez à nouveau, poursuivez la cuisson doucement pendant 20 min. Ajoutez enfin les haricots verts 5 min avant de servir et mélangez délicatement. Goûtez pour rectifier l'assaisonnement. Servez dans la cocotte ou un plat de service creux et bien