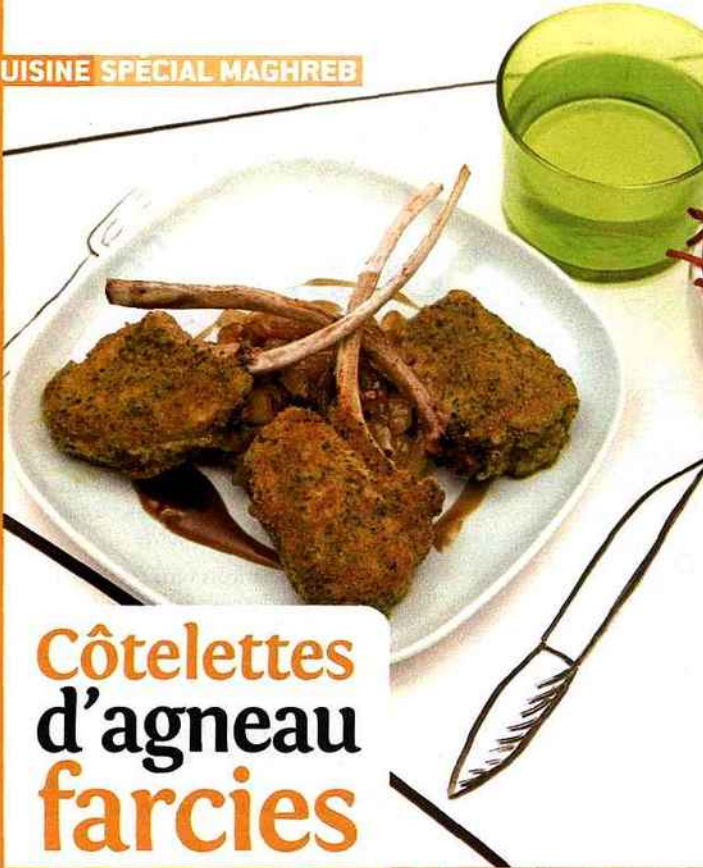


CUISINE SPÉCIAL MAGHREB



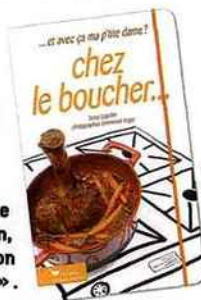
Côtelettes d'agneau farcies

POUR : 4 personnes PRÉPARATION : 30 min
CUISSON : 7 min

12 côtelettes d'agneau premières bien charnues • 150 g de parmesan • 100 g de pignons • 1 belle botte de basilic • 200 g de chapelure fine • 1 œuf • 2 cuil. à soupe de farine • Un bon filet d'huile d'arachide

- 1 Grattez les os des côtelettes d'agneau avec un couteau d'office pour nettoyer parfaitement l'os, et cassez la pointe de l'os sans abimer la noix d'agneau. Mixez la moitié du basilic avec la chapelure et réservez.
- 2 Mixez (pas trop finement) le parmesan, le reste de basilic et les pignons. Entaillez sur deux centimètres, dans la partie la plus charnue de la noisette, pour façonner une petite poche à garnir avec cette farce.
- 3 Refermez ensuite cette poche et tapotez la côtelette pour que la farce se répartisse bien à l'intérieur et ne forme pas de bosse. Renouvelez l'opération avec les autres côtelettes. Puis, dans trois assiettes, préparez les étapes de la chapelure : une assiette pour la farine, une assiette pour l'œuf battu avec un peu d'eau et une assiette pour la chapelure au basilic. Passez chaque côtelette dans les assiettes, successivement, en tenant la côtelette par l'os, pour travailler proprement. Faites ensuite colorer les côtelettes une minute de chaque côté à la poêle, dans un filet d'huile d'arachide et enfournez-les six minutes à 180 °C (th. 6).

Ces deux recettes sont extraites de *Chez le boucher...* de Sonia Ezgulian, éditions Stéphane BACHÈS collection « Et avec ça ma p'tite dame ? ».



Epaule d'agneau aux fruits secs

POUR : 4 personnes
PRÉPARATION : 15 min
CUISSON : 1 h 40

1 épaule d'agneau désossée à la parisienne • 1 verre de muscat de Rivesaltes* • 6 pruneaux • 6 abricots secs • 6 pétales de tomates séchées • 4 dattes Medjoul • 4 figues séchées • Une dizaine de petites échalotes • Une pincée de graines de fenouil • 2 clous de girofle • 1 étoile de badiane • 1 petit bâton de cannelle • 1 petit piment frais • 1 filet d'huile d'olive • Sel et poivre

1 Dans une sauteuse en cuivre, faites colorer l'épaule d'agneau assaisonnée de poivre avec l'huile d'olive. Ajoutez les échalotes non épluchées et coupées en deux dans le sens de la longueur. Versez ensuite le verre de muscat et incorporez les fruits secs entiers (pensez à dénoyauter les dattes), les épices, le piment, les graines de fenouil et les tomates séchées. Couvrez d'eau à hauteur et portez à ébullition.

2 Assaisonnez de sel. Recouvrez la sauteuse d'un papier aluminium et enfournez pendant une heure et demie, à 180 °C (th. 6), en retournant l'épaule d'agneau deux ou trois fois pendant la cuisson.

3 Servez l'épaule confite aux fruits secs avec du quinoa ou de la semoule de couscous.

© EMMANUEL AUGER/ÉDITIONS STÉPHANE BACHÈS
* L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. A CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

