

Souris d'agneau confite et blettes farcies

Temps de préparation

45 minutes

Temps de cuisson

7 heures

Nombre de couverts

4



Livio Pandolf

Le Tablier du Chef



Liste des ingrédients

Souris d'agneau confite

- 4 souris d'agneau d'environ 400 g chacune
- 1 citron bien juteux
- 3 gousses d'ail
- Sel, poivre, quatre épices
- 5 g de gingembre frais
- 1 Bouquet garni (thym, cives, persil)
- 3 clous de girofle
- 2 piments végétariens
- 2 feuilles de bois d'inde
- 1 carotte
- 1 oignon

Blettes farcies

- 1 tête de Blette
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 10 cl de jus de cuisson d'agneau
- 4 cl de vin blanc
- Sel, poivre
- 2 branches de cive
- 1 noisette de beurre
- 1 piment végétarien

Recette

Lavez et taillez grossièrement les légumes.

Assaisonnez les souris avec l'ail, le jus de citron, miel, quatre épices, sel, poivre.

Dans un canari* bien chaud, verser l'huile et faites caraméliser les souris. Ajoutez les autres ingrédients et mouillez à 3/4 d'eau.

Couvrir, laissez mijoter environ 7 heures à 120°C (thermostat 4), ajoutez régulièrement de l'eau si nécessaire.

Laissez réduire sans couvercle, puis enlever les souris et filtrez au chinois le jus de cuisson.

Remettez le jus sur le feu.

Laissez réduire, ajustez l'assaisonnement (sans oublier de garder un peu de jus pour les blettes farcies)

Blettes farcies

Équeutez et lavez les feuilles de blettes.

Conservez les plus grandes et jolies feuilles, pour pouvoir envelopper la farce. (conservez les autres pour la farce)

Pochez les grandes feuilles dans une eau bouillante environ 30 secondes chacune.

Plongez les feuilles dans un récipient dans l'eau glacée, cette technique permet de stopper la cuisson et de conserver les couleurs.

Émincez le reste des feuilles, le piment végétarien et la cive.

Dans une poêle faites sauter ces ingrédients dans un mélange de beurre et d'huile d'olive.

Déglacez au vin blanc, ajoutez le jus d'agneau et laissez réduire. Ajustez l'assaisonnement.

Sur du film étirable versez un filet d'huile d'olive, saupoudrez de sel et poivre, disposez une feuille préalablement pochée, puis garnissez d'un peu de farce et refermez en formant une boule.

Placez celle-ci dans du film alimentaire et serrez la boule.

Réitérez l'opération autant que nécessaire.

Dans un grand faitout, pochez vos farcis dans l'eau frémissante pendant 15 minutes.

Placez dans l'assiette votre souris puis votre farcis et arrosez avec le jus de cuisson

Bon appétit

* Le canari est un récipient rond en terre cuite qui permet de réaliser une cuisson à l'étouffé sur un feu de braise ou dans un four