

Sunday Lamb Roast - cuisine exotique entre amis



Dans la série en quatre épisodes «Cuisine exotique», la blogueuse Zoe Torinesi recherche des plats spéciaux au cœur de la Suisse - et les trouve chez des hôtes qui préparent leurs délicieux mets locaux de manière traditionnelle.

Sunday is Game Day! Et si les Championnats du Monde de rugby ont lieu ce-jour là aussi, Mick Purtschert et ses amis sont sens-dessus dessous dès que les Australiens se battent pour la victoire. Ce petit groupe de Down Under a, d'une façon ou d'une autre, déjà gagné sa place sur le podium culinaire: le traditionnel rôti d'agneau du dimanche, basé sur la recette de la grand-mère de Mick, a sa place sur la table comme le ballon derrière la ligne.

Viande

- 65 ml d'huile d'olive
- 1 cs de romarin, haché
- 2 kg de gigot d'agneau avec os, sans graisse
- 2 gousses d'ail, écrasées et hachées grossièrement
- sel, poivre

Accompagnement

- 1 ½ kg de pommes de terre fermes à la cuisson, pelées et coupées en deux

Sauce à la menthe

- 3 cs de feuilles de menthe fraîche
- 1-2 cs de sucre
- 4 cs d'eau bouillante
- 3 cs de vinaigre de votre choix

1. Préchauffer le four à 200 °C chaleur inférieure/supérieure et graisser un plat résistant à la chaleur.
2. Mélanger l'huile d'olive et le romarin dans un bol. 3. Faire quelques trous dans le gigot d'agneau et y mettre l'ail.
3. Bien frotter la viande avec le mélange huile d'olive/romarin, puis saler et poivrer.
4. Griller la viande pendant 15 minutes à 200 °C chaleur inférieure/supérieure.
5. Baisser la température à 180 °C et continuer la cuisson du gigot d'agneau pendant encore 75 minutes, en badigeonnant avec le mélange huile d'olive/romarin toutes les 20 minutes.
6. 40 minutes avant la fin de la cuisson, ajouter les pommes de terre et les retourner après 20 minutes.

Astuce: la température à cœur de la viande doit être de 65 degrés.

Préparation de la sauce à la menthe

1. Saupoudrer les feuilles de menthe poivrée avec le sucre et les hacher très finement (la menthe devient plus facile à hacher grâce au sucre).
2. Mettre la menthe et le sucre dans un bol, verser l'eau bouillante par-dessus, laisser refroidir complètement et ajouter alors le vinaigre.

Temps de préparation: environ 1 heure et 50 minutes