

Navarin d'Agneau aux légumes de printemps



Temps de préparation : 30 min

Temps de cuisson : 1 h 30

Pour 4 Personne(s)

Ingrédients :

- 1 épaule d'Agneau
- 2 c. à soupe de farine
- 1 c. à soupe de concentré de tomate
- 1 oignon
- 1 bouquet garni
- 30 cl de vin blanc
- 400 g de carottes nouvelles
- 12 pommes de terre nouvelles
- 300 g de petits pois frais écossés
- 8 navets nouveaux
- 3 c. à soupe d'huile d'olive

Préparation :

Taillez l'épaule d'Agneau en morceaux. Faites-les dorer dans l'huile d'olive, dans une cocotte. Une fois dorés, ajoutez l'oignon émincé, laissez fondre 3 min. Ajoutez le concentré de tomate et la farine, laissez cuire 3 min sur feu vif.

Ajoutez le vin blanc, 30 cl d'eau, le bouquet garni, du sel et du poivre. Mettez à cuire 1h15 sur feu doux.

Pendant ce temps, épluchez les légumes. Cuisez les légumes 8 à 10 min dans l'eau bouillante salée et les pommes de terre 15 min, rafraîchissez-les sous l'eau froide. Au bout de 1h15 de cuisson du navarin, mettez tout les légumes dans le navarin, remettez-le à cuire 15 à 20 min sur feu moyen. Servez bien chaud.

