

Épaule d'agneau aux pistaches



Temps: > 60 min

INGRÉDIENTS POUR 8 PERSONNES

3 cs de graines de cumin et de graines de coriandre, entières

1 cs de graines de fenouil, entières

1 bâton de cannelle

25 g de gingembre frais, pelé

4 gousses d'ail

125 ml d'huile d'olive

60ml de mélasse de grenade pour la sauce

2 citrons bio, le zeste finement râpé

1 épaule d'agneau avec l'os, env. 2,4 kg

500ml de vin rouge

80ml de mélasse de grenade

500 g de labneh, ou de yogourt grec

POUR SERVIR

Graines de grenade

Pistaches, torréfiées et moulues

8 feuilles de brick (on en trouve chez Delicatessa)

100 ml de beurre clarifié

6 feuilles de vigne en saumure

POUR BADIGEONNER

Un filet d'huile d'olive

La veille

CONFECTIONNER LE MÉLANGE D'ÉPICES À feu doux, torréfier à sec (sans huile) toutes les épices dans une poêle. Les mouliner encore chaudes dans un blender ou les écraser dans un mortier. Verser les épices torréfiées et moulues dans un saladier, ajouter le gingembre et l'ail très finement râpés, l'huile d'olive, la confiture de grenade et le zeste de citron.

FAIRE MARINER L'AGNEAU Entailler en croix sur 1 cm de profondeur le côté gras de l'agneau et assaisonner avec 2 cc de sel et 1 cc de poivre noir fraîchement moulu. Ensuite, bien frotter la viande avec le mélange d'épices préparé, env. 2 minutes. Couvrir avec du film alimentaire et mettre au frais toute une nuit.

Préchauffer le four à 100°C.

BRAISER L'AGNEAU Sortir l'agneau mariné du réfrigérateur et ajouter 500 ml d'eau. Bien couvrir le plat de papier sulfurisé, puis déposer une feuille d'aluminium par-dessus et cuire l'agneau au four à feu doux jusqu'à ce que la viande se détache de l'os, env. 7 heures. Ôter la feuille d'aluminium et le papier sulfurisé, remonter la température du four à 180°C et faire brunir la viande (40 à 45 minutes). Sortir l'agneau et conserver le jus de cuisson. Laisser reposer la viande pendant 30 minutes, puis la découper en gros morceaux et la réserver au chaud. Si le plat n'est consommé que le lendemain, le conserver au frais à couvert.

CUIRE LES FEUILLES DE BRICK AU FOUR Badigeonner les feuilles de brick de beurre clarifié. Placer 4 feuilles les unes sur les autres et les répartir sur 2 plaques de cuisson. Les faire dorer au four à 180°C, env. 10 à 20 minutes. Laisser refroidir et couper grossièrement en morceaux.

Réduire la température du four à 160°C.

CUIRE LES FEUILLES DE VIGNE Faire tremper les feuilles de vignes 5 minutes dans l'eau froide pour éliminer l'excédent de sel, puis les déposer à plat sur du papier absorbant. Couvrir avec une autre couche de papier absorbant et tamponner pour absorber l'excès d'humidité. Enduire d'huile chaque face des feuilles de vigne, puis les poser à plat sur une plaque de cuisson. Couvrir avec une autre plaque de cuisson, puis les cuire jusqu'à ce qu'elles soient sèches et croustillantes, env. 10 à 12 minutes. Réserver.

FAIRE RÉDUIRE LE JUS DE CUISSON Verser le jus de cuisson dans une casserole, ajouter le vin et la mélasse de grenade. Porter le tout à ébullition et réduire à la consistance d'un jus, env. 10 à 12 minutes.

Préchauffer le four à 200°C.

CARAMÉLISER L'AGNEAU Mettre l'agneau et le jus dans une cocotte réfractaire et porter à ébullition. Mettre la cocotte au four et cuire la viande jusqu'à ce que le liquide ait légèrement réduit et que l'agneau commence à caraméliser, env. 10 à 15 minutes.

DRESSER ET SERVIR Déposer du labneh ou du yogourt grec dans des assiettes creuses, disposer des morceaux d'agneau et verser du jus de cuisson par-dessus. Saupoudrer de graines de grenade et de pistaches, puis disposer des feuilles de vigne et des morceaux de brick croustillants, et servir.