

Gigot d'agneau sous vide aux herbes

🍴 8 portions · ⌚ prep. 30m · 🕒 cuisson 24h

🧄 moutarde 🧂 sulfites

Gigot d'agneau cuit sous vide à basse température pendant 24h, servi avec des pommes de terre fondantes, des herbes frites et un jus acidulé au vinaigre balsamique.

France

INGRÉDIENTS

☐ gigot d'agneau, avec os	2 2/5 kg	☐ romarin frais	
☐ graines de moutarde en poudre	80 g	☐ graines de moutarde	30 g
☐ sel fin	15 g	☐ graines de cumin	30 g
☐ poivre noir	10 g	☐ pommes de terre, à chair ferme	1 3/5 kg
☐ persil frais		☐ vinaigre balsamique	50 ml
☐ menthe fraîche			

PRÉPARATION

Acheter un gigot entier avec os (non raccourci) apporte plus de goût au jus. Le boucher peut le démonter, mais demandez à récupérer les os.

Températures de cuisson à cœur : rosé 55-58°C, à point 60°C, bien cuit 66°C, fondant 75°C.

— Gigot d'agneau sous vide —

1. Désosser l'os de la hanche, sectionner les tendons et quadriller le gras des 2 côtés du gigot d'agneau. Mélanger les graines de moutarde en poudre, le sel fin et le poivre noir. Badigeonner généreusement le gigot de cet assaisonnement sec. Mettre sous vide et cuire au thermoplongeur à 55°C pendant 24 heures dans un bac couvert.
2. Sortir le gigot du sac et réserver le jus. Retirer les os. Préchauffer le four à 240°C. Poser le gigot sur une plaque à rôtir avec grille et colorer 15 minutes à 235°C jusqu'à belle coloration.

— Herbes frites —

3. Frire dans une friteuse à 150°C pendant 1 minute le persil frais, la menthe fraîche et le romarin frais. Éponger sur papier absorbant. Monter la friteuse à 165°C et frire les graines de moutarde 3-4 minutes, puis les graines de cumin 1 minute. Éponger.

— Pommes de terre croustillantes —

4. Éplucher les pommes de terre. Pocher entières dans une faitout d'eau froide 20-30 minutes. Égoutter et presser légèrement pour écraser sans

éclater. Frire dans un bain d'huile à 180°C jusqu'à belle coloration.
Égoutter et saler.

— Jus acidulé —

5. Pendant la coloration du gigot, faire réduire le jus de cuisson avec le *vinaigre balsamique* jusqu'à consistance nappante. Chinoiser et réserver au chaud.

— Dressage —

6. Disposer le gigot tranché sur le plat de service. Napper légèrement de jus réduit. Parsemer d'herbes et graines frites. Dresser les pommes de terre à côté. Servir le reste du jus en saucière.
-

sous-vide