couronne d’agneau et sauce au yaourt relevée

Temps de préparation
< 30 min

Difficulté
Moyenne

Ingrédients

2 1⁄2 carré d’agneau
sel et poivre
2 cuillères à soupe de cumin en poudre
1⁄2 cuillerée à thé cannelle en poudre
1 cuillerée à thé de coriandre en poudre
huile d'olive
1 bulbe d'ail (réservez 1 gousse)
200 grammes de yaourt grec
1⁄2 citron (jus)
1 piment vert espagnol (émincé)
1 bouquet de coriandre

Méthode de préparation

1. **Assaisonnez les couronnes d’agneau avec du sel, du poivre, du cumin, de la cannelle et de la coriandre en poudre. Poêlez-les pendant 2 minutes dans de l’huile d’olive. Retournez-les et poursuivez la cuisson pendant 2 minutes. Placez les couronnes d’agneau sur une lèchefrite avec la tête d’ail coupée en deux. Faites cuire pendant 10 minutes dans un four préchauffé à 200 °C.**

2. **Pendant ce temps, préparez la sauce : mélangez le yaourt à la grecque avec le jus de citron, un filet d’huile d’olive, une gousse d’ail émincée, le piment et la coriandre ciselée.**

3. **Laissez reposer les couronnes d’agneau pendant 5 minutes, puis découpez-les. Accompagnez de sauce au yaourt.**