



couronne d'agneau en croûte d'herbes et écrasé de fèves

Temps de préparation

30 min à 1h

Difficulté

Moyenne



Ingrediënten

50 grammes de beurre (+ un peu)
1 bouquet de persil plat
1 bouquet estragon
1 bouquet ciboulette
1 bouquet de cerfeuil
1 cuillère à soupe de moutarde à l'ancienne
1 gousse d'ail (émincée)
sel et poivre
3 cuillères à soupe de panko
500 grammes de fèves (éventuellement surgelées)
1 échalot
2 1/2 carré d'agneau

Bereidingswijze

- 1.** Faites fondre le beurre (éventuellement au micro-onde).
- 2.** Au blender, mixez toutes les herbes avec la moutarde, l'ail et le beurre fondu (ou utilisez un mixeur plongeant). Salez et poivrez généreusement.
- 3.** Ajoutez quelques cuillères à soupe de panko et versez le mélange dans un bol. Laissez-le se figer au réfrigérateur.
- 4.** Pendant ce temps, préparez la purée de fèves : blanchissez brièvement les fèves et égouttez-les.
- 5.** Laissez fondre une noisette de beurre et faites revenir une échalote. Ajoutez les fèves et mélangez. Salez et poivrez. Écrasez grossièrement les fèves à la fourchette ou au presse-purée.



- 6.** Faites à nouveau fondre du beurre dans une poêle. Salez et poivrez les couronnes d'agneau et poêlez-les pendant 2 minutes. Retournez-les et poursuivez la cuisson pendant 2 minutes. Placez les couronnes d'agneau sur une lèchefrite et couvrez-les du mélange aux herbes. Laissez cuire pendant 10 minutes dans un four préchauffé à 200 °C.
- 7.** Laissez reposer la viande avant de la couper. Accompagnez-la des fèves. Garnissez d'herbes potagères.