

Épaule d'agneau farcie aux petits légumes



1	épaule désossée d'agneau du Québec	1
15 ml	beurre	1 c. à table
15 ml	huile	1 c. à table
	sel et poivre au goût	
<i>Farce aux légumes</i>		
450g	agneau du Québec haché	1 lb
3	blancs d'œuf	3
150 ml	crème 35% M.G.	2/3 tasse
250 ml	légumes blanchis, en petits morceaux (carottes, haricots verts, petits pois, céleri...)	1 tasse
<i>Sauce crème aux herbes</i>		
30 ml	beurre	2 c. à table
2	oignons verts hachés	2
500 ml	vin blanc sec	2 tasses
15 ml	persil haché fin	1 c. à thé
5 ml	estragon frais haché ou 2 ml (1/2 c à thé) séché	1 c. thé
5 ml	basilic frais haché ou 2 ml (1/2 c à thé) séché	1 c. thé
1	gousse d'ail émincée	1

Pour la farce, utiliser des ingrédients très froids. Réduire l'agneau haché en purée, à l'aide d'un robot ou d'un mélangeur. Ajouter les blancs d'œufs, l'œuf la muscade, le sel et le poivre. Mélanger. Incorpore la crème et mélanger jusqu'à consistance homogène. Dans un bol, combiner le mélange de viande et les légumes. Refroidir la farce au réfrigérateur, 30 minutes. Farcir l'épaule d'agneau, rouler et la ficeler. Chauffer le beurre et l'huile dans une plaque à rôtir. Y saisir l'épaule. Cuire au four, à 375° F (180° C), ½ heure . Réduire la température à 225° F (110° C), et cuire 1 ½ heure. Pour la sauce, chauffer le beurre dans une poêle et faire fondre les oignons. Déglacer la poêle au vin et réduire de moitié. Ajouter la crème, les herbes et l'ail. Cuire 3 minutes sur feu vif, en brassant constamment. Couper l'agneau et servir la sauce en saucière.

Portions : 6

Préparation : 45 minutes

Cuisson : 2 heures

Cuisi-conseils

L'agneau est à son meilleur lorsque mangé rosé.

Le thermomètre, inséré dans la partie la plus épaisse de la viande, indique le degré de cuisson :

Saignant : 63°C (145° F)

Rosé : 68°C (155° F),

Bien cuit : 73° C (165° F)