

La recette de l'épaule d'agneau au barbecue par Marina Bounoure :

Ingrédients :

- 1 épaule d'agneau
- 1 boîte de piquillos
- 1 gros oignons
- 1 tête d ail
- 3 grosses pomme de terre
- Du sel
- Du poivre
- Du paprika
- Des graines de moutardes
- Du miel
- Romarin et /ou thym
- Huile d olive

Déroulé :

Sortir l'épaule du réfrigérateur au moins 2h00 avant afin qu'elle remonte en température, cela facilitera votre cuisson.

Pendant ce temps, allumez votre barbecue, avec des sarments et des ceps de vignes bio, c'est mieux ou le traditionnel charbon.

Badigeonnez votre épaule avec l'huile d'olives, le sel, le poivre, le paprika, les graines de moutardes moulues, le miel, le thym et/ou le romarin.

Faites griller sur votre grille bien chaude. Attention ! Comme c'est une pièce grasse, il peut y avoir des flammes ! Cette opération à pour but de caraméliser votre épaule qui sera ensuite confite.

Pendant ce temps, couper en lanières les oignons, les piquillos et, en rondelles assez épaisses, les pomme de terre. Pour la tête d'ail, laissez la entière, coupez juste le haut des gousses.

Mettez le tout sur une grande feuille de papier aluminium, arrosez d'huile d'olives et n'oubliez pas d'assaisonner.

Vous pouvez remettre les même aromates que sur l'épaule.

C'est maintenant que les choses se compliquent. Il va falloir maintenir une température de 100° c dans votre barbecue que vous allez clocher.

Posez l'épaule sur les différents éléments de la garniture, refermez la papillote et faites-y quelques trous afin que la fumée entre à l'intérieur.

C'est fini, il ne reste plus qu'à boire l'apéro et surveiller que votre barbecue ne soit trop chaud. Plus la cuisson sera longue, meilleur ce sera.

Pour ma part , j'adore le piment, je vous suggère donc de récupérer le jus de cuisson et de le mélanger avec une pâte de piment comme une harissa.

Accompagnement vineux :

Un vin issu de la région du Rhône, à base de Syrah pour son coté poivré et épicé comme un saint-joseph ou tout simplement, une belle regrette frontonnaise aux notes poivrées et florales.

La recette de l'épaule d'agneau par Nicolas Brousse :

Ingrédients:

- 1 épaule d'agneau
- 1 carotte
- 1 oignons
- 1 vert de poireau
- ail
- thym
- laurier
- 1 c à c de concentré de tomate
- huile d'olive
- sel
- poivre.

Déroulé :

Colorer l'épaule, la saler, la poivrer, et la mouiller à hauteur, puis ajouter la garniture aromatique. Cuire 2H30 à 120°C. Après cuisson, faire réduire le jus et le passer au chinois pour en filtrer les aspérités de la garniture aromatique.

