

Crumble d'Agneau aux Épinards et Courgettes

Nombre de personnes: 6

Temps de préparation: 1 h 15 min

Ingrédients:

- GIGOT D'AGNEAU	650g en tranches
- EPINARDS	400g frais
- COURGETTE(S)	2
- FROMAGE FRAIS	120g
- HUILE DE NOIX	2 c à soupe
- CERNEAU(X) DE NOIX	50g
- PIGNONS DE PIN	25g
- CRÈME FRAICHE	140 ml
- FARINE	70g
- BEURRE	70g
- AIL EN POWDRE	un peu
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Lavez et équeutez les épinards. Faites-les revenir dans un peu de beurre. Salez et poivrez. Egouttez. Réservez.
- Hachez l'agneau à l'aide du robot hachoir à viande.
- Coupez les courgettes en petites frites.
- Préchauffez le four à 200°C.
- Faites revenir l'agneau dans un peu d'huile. Ajoutez l'ail selon votre goût, sel et poivre. Réservez.
- Faites également revenir les « frites » de courgettes dans un fond d'huile d'olive. Ajoutez un peu d'ail. Salez et poivrez. Intégrez-y les épinards. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.
- Huilez un plat à gratin.
- Déposez une première couche de légume puis surmontez de la viande et terminez avec le reste de légumes.
- Dans un plat creux, fouettez le fromage frais avec la crème, les pignons de pin, les cerneaux de noix concassés et la farine. Salez et poivrez.
- Faites légèrement fondre le beurre au micro-onde puis intégrez-le à ce mélange.
- Répartissez ensuite sur le sommet dans le plat à gratin.
- Ajoutez encore l'huile de noix sur le tout.
- Enfourez enfin pour 20 minutes.
- Sortez et servez sans attendre.

Remarque:

Accompagnez d'une purée de pommes de terre.