

Epaule d'Agneau en Cuisson Lente, Caramélisée à la Gelée de Groseille

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 5 h 30 min

Ingrédients:

- Epaule d'Agneau	1x
- Huile d'Olive	6-8 c à soupe
- Gousses d'Ail	4-6
- Romarin	3 branches
- Oignons	2
- Gelée de Groseilles	1-2 c à soupe
- Sel	
- Poivre	

Recette:

- Dans un bol, pelez et écrasez les gousses d'ail au presse-ail puis ajoutez les brins de romarin, de l'huile, sel et poivre.
- Préchauffez le four à 130°C.
- Déposez l'épaule d'agneau dans un grand plat à gratin.
- Pelez et coupez les oignons en quartiers et répartissez autour de l'épaule.
- A l'aide de la pointe d'un couteau, incisez la viande en quadrillage. Nappez alors généreusement au pinceau la viande avec mélange à l'huile-ail-romarin.
- Recouvrez d'une feuille d'aluminium.
- Enfournez le plat pour 2 h 30 minutes.
- Après ce temps, retirez la feuille d'aluminium, augmentez le four à 150°C et poursuivez la cuisson 2 h 15 minutes.
- Après ce temps, retirez le plat du four et augmentez la température à 220°C.
- Nappez le dessus de la viande avec la gelée de groseilles.
- Réenfournez pour 5 minutes afin de caraméliser la surface de la viande.
- Sortez alors la viande du four et laissez-la reposer sous l'aluminium environ 5 minutes.
- Détachez alors la viande de l'os et servez sans attendre avec le jus de cuisson et les oignons cuits.

