Betty Bossi

Saltimbocca d'agneau aux légumes printaniers

Mise en place et préparation: env. 45 min

Saltimbocca

3	quasis d'agneau (env. 600 g)
¾ de c. à café	de sel
un peu	de poivre du moulin
16 tranches	de salami
16	feuilles de sauge
	beurre à rôtir
1 dl	de vin blanc (p. ex. gewurztraminer)
1 dl	d'eau
1 c. à soupe	de beurre, froid
	sel et poivre, selon goût

1. Préchauffer le four à 60 °C, y glisser un plat et des assiettes. Couper les quasis d'agneau en escalopes d'env. 1 cm d'épaisseur (donne env. 16 morceaux), assaisonner. Garnir les escalopes avec une tranche de salami et une feuille de sauge, fixer à l'aide d'un cure-dent.
2. Faire chauffer le beurre à rôtir dans une poêle. Saisir les escalopes par portions d'abord du côté garni env. 30 secondes, puis tourner et poursuivre la cuisson env. 1 min 30, retirer, réserver au chaud. Essuyer le fond de la poêle. Mouiller avec le vin et l'eau, porter à ébullition, déglacer les sucs. Baisser la chaleur, laisser mijoter env. 3 minutes. Retirer la poêle du feu.
3. Incorporer le beurre en remuant au fouet, assaisonner la sauce.

Légumes printaniers

1 c. à soupe	de beurre à rôtir
2 brins	de romarin
250 g	d'asperges vertes, le tiers inférieur pelé, coupées en deux dans le sens de la longueur, puis en biais en morceaux d'env. 5 cm
1 botte	de carottes nouvelles (env. 200 g), coupées en quatre dans le sens de la longueur
2 pincées	de sucre
3	oignons en botte avec les fanes, les bulbes coupés en deux dans le sens de la longueur, les fanes coupées en biais en morceaux d'env. 2 cm
150 g	de morilles fraîches, coupées en deux, bien lavées, égouttées
1 dl	de vin blanc (p. ex. gewurztraminer)
1 c. à café	de sel
¼ de c. à café	de poivre du moulin, grossièrement moulu

1. Faire chauffer le beurre à rôtir dans un wok ou une large poêle. Faire revenir brièvement le romarin en remuant, retirer.
2. Ajouter les asperges et les carottes, saupoudrer de sucre, faire revenir en remuant env. 10 minutes.
3. Ajouter les oignons en botte, faire revenir en remuant env. 5 min, ajouter les morilles, poursuivre la cuisson env. 2 minutes.
4. Mouiller avec le vin, porter à ébullition, assaisonner. Baisser la chaleur, couvrir et laisser mijoter env. 5 min, poursuivre la cuisson jusqu'à réduction complète du liquide.

Remplacer les morilles fraîches par 20 g de morilles séchées, trempées dans de l'eau tiède, bien lavées, égouttées.

Recette Betty Bossi
Les meilleures recettes TV 2 / 2008
© Betty Bossi Editions SA
www.bettybossi.ch