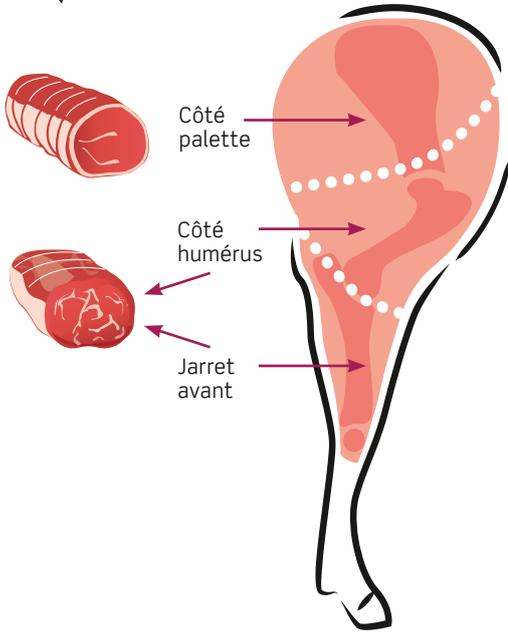


L'ÉPAULE

EN RÔTIS > À RÔTIR / À MIJOTER



Pièce emblématique de l'agneau, l'épaule d'agneau se distingue du gigot par sa taille et donc son coût moindres. De 1,2 kg en moyenne quand elle est proposée entière, elle ne fait plus que 0,9 kg en moyenne lorsqu'elle est désossée.

Proposée entière, l'épaule n'est plus adaptée aux consommations actuelles. De plus présentée avec os, l'épaule peut s'avérer difficile à couper.



Quelles solutions ?

A partir d'une épaule entière, proposer deux rôtis pour deux types de cuissons différentes.

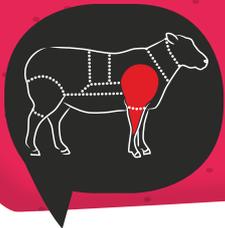
Quand les proposer ?

- Saison : automne et hiver.
- Toute la semaine.

> LES DIFFÉRENTES PARTIES DE L'ÉPAULE

	JARRET	CÔTÉ HUMÉRUS	CÔTÉ PALETTE
CARACTÉRISTIQUES	Morceau gélatineux, nécessitant une cuisson longue pour une texture moelleuse à la dégustation.	Morceau gélatineux, nécessitant une cuisson longue pour une texture moelleuse à la dégustation.	Morceau tendre nécessitant une cuisson rapide. A cuire rosé pour conserver la jutosité du morceau.
MODE DE CUISSON	 A mijoter	 A mijoter	 A rôtir  A griller *
POIDS	200 gr environ	400 gr environ	500 gr environ

* Voir fiche n°4 «L'épaule à griller».



L'ÉPAULE EN RÔTIS

À RÔTIR / À MIJOTER

➤ PRÉPARATION DES DÉCOUPES

MORCEAU

JARRET ET HUMÉRUS

Rôti sans os

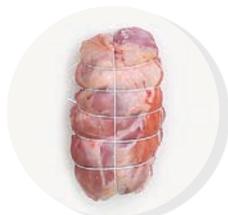
3 À 4 PERS / RÔTI



PALETTE

Rôti sans os

2 À 3 PERS / RÔTI



MÉTHODOLOGIE DE DÉCOUPE

- Désosser entièrement l'épaule.
- Séparer les muscles au-dessus de la palette pour obtenir 2 morceaux. Mettre la palette de côté.
- Prendre le 2^e morceau, parer en retirant le gras et les têtes de nerfs.
- Rouler et ficeler en donnant une forme homogène sur toute la longueur.

Prêt pour la vente.

- Désosser entièrement l'épaule.
- Séparer les muscles au-dessus de la palette pour obtenir 2 morceaux. Mettre le jarret et l'humérus de côté.
- Reprendre la palette, parer et ôter les têtes de nerfs au niveau du paleron et du jumeau.
- Rouler et ficeler en donnant une forme homogène sur toute la longueur.

Prêt à la vente.

TEMPS DÉCOUPE / POIDS

Temps estimé :
moins de 10 minutes

Poids :
500 gr environ

Temps estimé :
moins de 10 minutes

Poids :
400 gr environ

➤ PRÉSENTATION EN POINT DE VENTE

RÔTI SANS OS (JARRET + HUMÉRUS)

TRANCHES PALETTE

EN BOUCHERIE ARTISANALE

ÉPAULE SANS OS
À mijoter

RÔTI D'ÉPAULE
SANS OS

EN GRANDE ET MOYENNE SURFACE

Dénomination
RAYON TRAD

ÉPAULE SANS OS
À mijoter

RÔTI D'ÉPAULE
SANS OS

Dénomination
RAYON LS

ÉPAULE **
À mijoter

ÉPAULE **
À rôtir



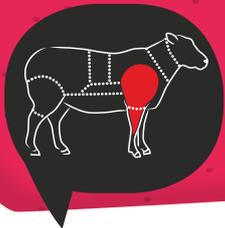
➤ LES BÉNÉFICES D'UNE DÉCOUPE ADAPTÉE

EN POINT DE VENTE

- Des rôtis adaptés à un nombre limité de convives plus attractifs pour les clients
- Des découpes pour permettre de vendre des épaules tout au long de la semaine
- Des découpes qui améliorent l'équilibre carcasse

EN CUISINE

- Des découpes qui distinguent morceaux à cuisson lente et à cuisson rapide pour une meilleure cuisson et un plaisir renforcé à la dégustation
- Des temps de cuisson réduits pour satisfaire des consommateurs en manque de temps
- Des découpes sans os pour une découpe plus facile
- Des rôtis de forme régulière pour une cuisson plus homogène



L'ÉPAULE EN RÔTIS

À RÔTIR / À MIJOTER



CONSEILS DE CUISSON

Sortir sa pièce de viande du réfrigérateur une demi-heure avant cuisson.

RÔTI À MIJOTER



- 1 - Faire revenir la viande dans une cocotte avec un peu d'huile.
- 2 - Laisser cuire dans un faible volume de liquide à feu doux pendant 1h à 1h15 minimum en arrosant et en retournant régulièrement la viande.

RÔTIS



- 1 - Faire revenir chaque face du rôti dans une poêle très chaude avec une matière grasse qui ne brûle pas (ou enfourner à four très chaud 220°C - Th 7/8 pendant 5 minutes).
- 2 - Faire cuire à 180° - Th 6 - Le temps de cuisson dépendra de l'épaisseur du rôti.
- 3 - Au sortir du four, couvrir d'un papier aluminium en laissant une cheminée et laisser reposer environ un tiers du temps de cuisson.

Option : Possibilité d'utiliser une sonde de cuisson. Retirer le rôti du four lorsqu'il atteint une température à cœur de 50° (cuisson rosée) puis laisser reposer un tiers du temps de cuisson.

	Rosée	A point	Bien cuit
Temp. sortie du four	50°	56°	62°
Temp. après repos	55°	62°	68°



CONSEILS DÉGUSTATION



Rôtis mijotés :

Pour profiter au mieux du moelleux de la viande, la cuisson doit être suffisamment longue.



Rôtis : Pour savourer pleinement un rôti d'agneau dans l'épaule, la cuisson rosée est à privilégier. La jutosité de la viande sera davantage préservée.



CÔTÉ CUISINE

Rôti mijoté

Faire revenir la viande, y ajouter quelques tomates concassées, de l'ail en chemise et une branche de romarin frais, sel et poivre. Ajouter un peu de liquide si nécessaire en cours de cuisson.

Rôti d'agneau aux lardons

Faire revenir le rôti puis faire cuire au four accompagné d'un mélange de lardons et d'un oignon émincé préalablement revenus à la poêle. Ajouter du jus et des zestes de citron, de l'ail écrasé et du thym avant d'enfourner.