

**Y'A PAS QUE  
LE GIGOT DANS  
L'AGNEAU**



**TAJINE D'AGNEAU AU FENOUIL,  
PETITS POIS ET POMMES DE TERRE**

**Y'A PAS QUE  
LE GIGOT DANS  
L'AGNEAU**



**TAJINE D'AGNEAU AUX PRUNEAUX,  
PATATES DOUCES ET MIEL**

**Y'A PAS QUE  
LE GIGOT DANS  
L'AGNEAU**



**TAJINE D'AGNEAU AUX CITRONS  
ET OLIVES VERTES**

**Y'A PAS QUE  
LE GIGOT DANS  
L'AGNEAU**



**TRANCHE DE GIGOT D'AGNEAU  
ET PURÉE D'HARICOTS BLANCS**



## TAJINE D'AGNEAU AUX PRUNEAUX, PATATES DOUCES ET MIEL

🕒 25 min 🔥 1 h 45

### INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 700 g d'épaule d'agneau coupée en cubes
- 1 filet d'huile d'olive
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 2 c. à soupe de mélange 4 épices
- 3 c. à soupe de miel
- 10 pruneaux
- 600 g de patates douces
- 5 tiges de coriandre
- 30 g de pignons de pin
- Sel & poivre

### ÉTAPES

- Faire colorer les morceaux d'épaule d'agneau dans une cocotte avec de l'huile d'olive. Ajouter l'ail et l'oignon épluchés et émincés puis faire revenir 5 minutes. Ajouter les épices et le miel, saler et poivrer puis couvrir d'eau. Laisser cuire 1 heure.
- Éplucher les patates douces et les couper en morceaux. Ajouter les dans la cocotte et prolonger la cuisson de 30 minutes supplémentaires.
- Puis ajouter les pruneaux et laisser cuire encore 10 minutes.
- Servir le tajine parsemé de pignons de pins torréfiés et de coriandre fraîche.

Pour + d'idées recettes : [www.jadorelagneau.fr](http://www.jadorelagneau.fr)



Crédit photo: Juliette Labatry / Delphine Comarini



## TAJINE D'AGNEAU AU FENOUIL, PETITS POIS ET POMMES DE TERRE

🕒 30 min 🔥 1 h 50

### INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 700 g d'épaule d'agneau coupée en cubes
- 1 fenouil
- 600 g de pommes de terre nouvelles
- 600 g de petits pois écossés
- 100 g d'olives violettes
- 1 filet d'huile d'olive
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 2 feuilles de laurier
- 5 tiges de persil plat
- 1 c. à soupe de cumin en poudre
- 1 c. à café de gingembre en poudre
- Sel & poivre

### ÉTAPES

- Faire colorer les morceaux d'épaule d'agneau dans une cocotte avec de l'huile d'olive. Ajouter l'ail et l'oignon épluchés et émincés puis faire revenir 5 minutes. Ajouter le cumin, le gingembre, le laurier, saler et poivrer puis couvrir d'eau. Laisser cuire 1 heure.
- Éplucher les pommes de terre et les couper en 4 dans la longueur. Rincer le fenouil et le couper en 8.
- Ajouter les pommes de terre, le fenouil et les petits pois dans la cocotte et prolonger la cuisson de 30 minutes.
- 10 minutes avant la fin, ajouter les olives violettes.
- Servir avec du persil plat rincé et ciselé.

Pour + d'idées recettes : [www.jadorelagneau.fr](http://www.jadorelagneau.fr)



Crédit photo: Juliette Labatry / Delphine Comarini



## TRANCHE DE GIGOT D'AGNEAU ET PURÉE D'HARICOTS BLANCS

🕒 20 min 🔥 15 min

### INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 4 tranches de gigot d'agneau
- 500 g d'haricots blancs cuits (ou en conserve)
- 30 g de beurre
- 1 filet d'huile d'olive
- 2 c. à soupe de crème fraîche épaisse
- 150 g de mayonnaise
- 1 gousse d'ail
- 1/2 citron jaune
- 5 tiges de persil plat
- 1 filet d'huile d'olive
- Sel & poivre

### ÉTAPES

- Verser les haricots blancs dans une casserole et les faire chauffer avec le beurre, du sel, du poivre et la crème fraîche. Mixer brièvement au mixeur plongeant et réserver au chaud.
- Faire chauffer le filet d'huile d'olive dans une poêle puis faire cuire les tranches de gigot d'agneau 6 minutes de chaque côté. Saler et poivrer.
- Préparer la sauce verte express : éplucher et hacher la gousse d'ail puis déposer dans un petit bol avec la mayonnaise, le jus d'un demi-citron et du persil préalablement rincé et ciselé.
- Assaisonner puis servir avec la purée de haricots blancs et les tranches de gigot d'agneau grillées. Ajouter un filet d'huile d'olive, du persil ciselé et quelques zestes de citron.

Pour + d'idées recettes : [www.jadorelagneau.fr](http://www.jadorelagneau.fr)



Crédit photo: Juliette Labatry / Delphine Comarini



## TAJINE D'AGNEAU AUX CITRONS ET OLIVES VERTES

🕒 15 min 🔥 30 min

### INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 600 g de sauté d'agneau
- 1 oignon jaune
- 1 gousse d'ail
- 1 filet d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de mélange 4 épices
- 2 citrons jaunes
- 80 g d'olives vertes
- 250 g de semoule
- 4 brins de coriandre
- Sel et poivre du moulin

### ÉTAPES

- Émincer l'oignon et la gousse d'ail. Faire revenir dans une cocotte avec un filet d'huile d'olive et les morceaux d'agneau pendant 10 minutes.
- Couper les citrons en 4. Ajouter les dans la cocotte avec le mélange 4 épices, les olives, du sel, du poivre.
- Couvrir d'eau à mi-hauteur et cuire 15 minutes à couvert.
- Ouvrir la cocotte et prolonger la cuisson de 5 minutes en mélangeant.
- Servir avec de la semoule et de la coriandre fraîche.

Pour + d'idées recettes : [www.jadorelagneau.fr](http://www.jadorelagneau.fr)



Crédit photo: Juliette Labatry / Delphine Comarini