

Côtelettes d'agneau grillées au yogourt aux herbes et pommes de terre



Mon choix.

 Durée totale: 1 h 30 min

 Temps actif: 1 h 30 min

 Marinage: 1 h

 Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

1 kg	de côtelettes d'agneau, env. 12 pièces
1	citron bio
0.5 dl	d'huile de colza
2	gousses d'ail
4 brins	de romarin
8 brins	de thym
8 brins	de marjolaine
1 cc	de sel
0.5 cc	de poivre (1)
0.5 bouquet	d'aneth
4 brins	de menthe
300 g	de yogourt nature, à la grecque sel, poivre
800 g	de petites pommes de terre à chair ferme
3 cs	de beurre à rôtir
0.5 cc	de paprika sel, poivre (2)
4	poivrons de couleurs différentes

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

833	kcal
50 g	de protéines
42 g	de glucides
50 g	de lipides

 Sans gluten

 Contient du lactose

Alimentation 100% sans OGM

Les aliments destinés à nos animaux d'élevage ne contiennent ni organismes génétiquement modifiés (OGM), ni farines animales, ni hormones ou antibiotiques pour stimuler les performances.

Préparation

- 1 Rincer la viande à l'eau froide, la sécher en la tapotant, puis la disposer dans un plat à gratin. Râper le zeste du citron et presser le jus. Mixer finement avec l'huile et tous les ingrédients, poivre (1) compris, verser sur les côtelettes, bien mélanger. Couvrir et laisser mariner à température ambiante pendant env. 1 heure.

- 2 Hacher finement les herbes, les mélanger avec le yogourt, assaisonner. Réserver au frais jusqu'au moment de servir.
- 3 Bien laver les pommes de terre, les couper en cubes d'environ 2 cm. Faire chauffer le beurre à rôtir dans une poêle antiadhésive. Couvrir et cuire les pommes de terre à feu doux pendant env. 15 minutes en les retournant de temps en temps. Retirer le couvercle, faire dorer à feu moyen env. 10 minutes en les retournant de temps en temps, assaisonner.
- 4 Parer les poivrons, les couper en quatre, les faire griller avec les côtelettes d'agneau sur feu moyen au barbecue (env. 200 °C) env. 4–5 minutes de chaque côté, selon leur épaisseur. Servir avec le yogourt aux herbes et les pommes de terre sautées.

Conseil

Au lieu de les faire griller, faire cuire les côtelettes d'agneau dans une poêle à feu moyen env. 4–5 minutes de chaque côté, selon leur épaisseur.