



Côtelettes d'agneau marinées au citron et au thym au beurre au paprika



La différence est là.

 Durée totale: 30 min

 Temps actif: 30 min

 Marinage: 3 h

 Moyenne





Ingrédients

Pour 4 personnes

- 600 g** côtelettes d'agneau suisse
- poivre noir du moulin
- 1 bouquet** thym
- 1** citron non traité
- 4 cs** huile d'olive
- 125 g** beurre
- 1 bouquet** ciboulet
- sel
- 1 cc** paprika en poudre doux
- 1** papier sulfurisé
- 1** poivron rouge
- 1** poivron jaune

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

- 530** kcal
- 22 g** de protéines
- 5 g** de glucides
- 47 g** de lipides
-  Sans gluten
-  sans lactose

Préparation

- 1** Assaisonner les côtelettes d'agneau avec du gros poivre. Effeuille le thym et râper grossièrement le zeste du citron. Mélanger le thym et le zeste de citron avec l'huile d'olive et badigeonner les côtelettes de cette préparation.
- 2** Couvrir et laisser mariner au moins 3 heures.
- 3** Fouetter le beurre jusqu'à obtention d'une consistance crémeuse.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.



La différence est là.

- 4 Ciseler finement la ciboulette et l'incorporer au beurre en ajoutant un peu de jus de citron, du sel, du poivre et le paprika. Mélanger. Étaler le beurre au paprika sur une feuille de papier sulfurisé, former un rouleau uniforme et réserver au frais. Nettoyer les poivrons, les couper en quartiers, retirer le coeur avec les pépins et saler.
- 5 Faire griller les côtelettes d'agneau et les poivrons sur le gril chaud pendant 3-4 minutes de chaque côté.
- 6 Couper le beurre au paprika en tranches et servir avec la viande.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.