


Cabri rôti au romarin, à la sauge, au citron et au marsala



La différence est là.

 Durée totale: 1 h 30 min

 Temps actif: 1 h

 Marinage: 2 h

 Facile



Ingrédients

Pour 6 personnes

Ingredients

- 1 cuisse de cabri Suisse (env. 1,2 kg)
- 1 bouquet romarin
- 1 bouquet sauge
- 1 citron non traité
- poivre du moulin
- sel
- 1 dl marsala
- 3 gousses d'ail
- 600 g carottes
- 1 échalote
- 2 dl vin blanc sec
- 30 g beurre
- 30 g raisins secs
- 0.5 bouquet ciboulette

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

- 420 kcal
- 40 g de protéines
- 13 g de glucides
- 20 g de lipides

 Sans gluten

 sans lactose

Préparation

- 1 Équeuter les fines herbes et les couper finement. Passer le citron sous l'eau chaude, peler le zeste finement, ôter la peau blanche à l'aide d'un couteau bien aiguisé et couper la chair en rondelles. Poivrer la viande et la frotter avec les fines herbes, le marsala et les zestes de citron. Laisser mariner au moins 2 heures.
- 2 Peler l'ail et le couper grossièrement. Peler les carottes et les couper en bouchées. Peler l'échalote et la couper en petits dés.

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.

- 3 Faire cuire la cuisse de cabri dans un four préchauffé à 180° C pendant 75 minutes. Ajouter le vin blanc au bout de 30 minutes.
- 4 Pendant ce temps, faire chauffer le beurre dans une poêle et y faire blondir les dés d'échalote. Ajouter les carottes, saler légèrement, couvrir et laisser cuire à feu très doux pendant 10-12 minutes. Ajouter les raisins secs et laisser cuire encore 5 minutes. Couper grossièrement la ciboulette et mélanger légèrement.
- 5 Retirer le gigot de cabri de la cocotte, le détacher de l'os, le couper en tranches et servir avec le jus de cuisson et les carottes.

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.