

Racks d'agneau du grill avec bruschette à l'ananas et sauce au yogourt



Mon choix.

 Durée totale: 1 h 20 min

 Temps actif: 40 min

 Moyenne



Ingrédients

Pour 4 personnes

- 2 racks d'agneau suisse d'env. 400 g chacun
- 1 poignées copeaux de fumage pour le grill (trempés dans de l'eau)

Yogourt:

- 100 g yogourt à la grecque
- 1 citron vert bio, jus et zeste
- 10 menthe fraîche, en lanières
- sel
- poivre du moulin

Assaisonnement:

- 1 cs sel marin
- 1 cc cumin, moulu
- 1 cc feuilles de menthe fraîche, finement hachées
- poivre du moulin
- un peu de jus du citron vert bio
- huile d'olive

Bruschette à l'ananas:

- 1 ananas entier, pelé
- 1 piment rouge, lavé, en fines lamelles
- 1 oignon de printemps, pelé, en fines lamelles
- 2 cs chutney de mangue

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.

- sel
poivre du moulin
- 1** baguette, coupée en tranches

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

- 560** kcal
38 g de protéines
60 g de glucides
18 g de lipides



Contient du gluten



Contient du lactose

Traçable de l'assiette à la ferme:

Chaque morceau de viande suisse peut être tracé sans faille jusqu'à la ferme.

Préparation

- 1** Préparer le gril à chaleur indirecte (180° C). Mélanger tous les ingrédients pour la sauce au yogourt. Mettre au frais.
- 2** Retirer la peau argentée des racks d'agneau.
- 3** Mélanger tous les ingrédients de l'assaisonnement et en frotter les racks d'agneau sur toute la surface. Faire tenir l'assaisonnement avec un peu d'huile. Laisser reposer pendant environ 15-30 minutes à température ambiante avant de griller.
- 4** Mettre les copeaux de fumage égouttés dans la braise ou la boîte de fumage. Placer l'ananas sur la grille (zone indirecte) et le faire griller pendant env. 20 minutes. Le laisser refroidir un peu et le couper en petits cubes sans la partie ligneuse. Mélanger ensuite dans un bol avec le piment, l'oignon de printemps, le chutney de mangue, le sel et le poivre.
- 5** Préparer le gril pour une chaleur moyenne avec une zone directe et une zone indirecte (175-230° C). Envelopper les os des racks dans de la feuille d'aluminium pour qu'ils ne brûlent pas.



Mon choix.

- 6 Griller les racks d'agneau, côté os vers le bas, à feu moyen direct, couvercle fermé, pendant 2-3 minutes des deux côtés. Placer les racks sur la zone indirecte (175° C), planter le thermomètre depuis le haut au milieu de la viande et faire griller jusqu'à une température à cœur de 51° C. Retirer du gril, laisser reposer pendant 3-5 minutes jusqu'à ce que la température à cœur souhaitée de 53° C soit atteinte.
- 7 Griller brièvement les tranches de baguette, les garnir de sauce.
- 8 Couper les racks d'agneau entre les os en côtelettes individuelles et servir avec les bruschette et la sauce au yogourt.

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.