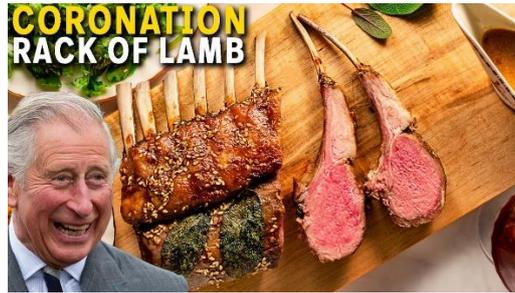


# CARRE D'AGNEAU AUX EPICES

Recette Ken Hom Coronation day



**Pour 4 à 6 personnes**

**Ingrédients :**

**Deux carrés d'agneau de 750 g débarrassés de l'excès de gras**

**Sel et poivre noir fraîchement moulu**

**2 cuillères à soupe d'huile d'arachide**

**Pour la marinade :**

**2 cuillères à café de poivre moulu**

**1 cuillère à café d'huile de sésame torréfiée**

**2 cuillères à café de graines de sésame grillées**

**1 cuillère à soupe de sucre**

**2 cuillères à soupe de moutarde de Dijon**

**1 cuillère à soupe de sauce de soja « light » + 2 cuillères à soupe de sauce de soja « foncée »**

**2 cuillères à soupe d'ail finement haché**

**1 cuillère à soupe de gros sel de mer**

**1 cuillère à soupe de sauge sèche**

**120 ml de bouillon de poule fait maison ou en cube**

**2 cuillères à soupe d'huile de sésame**

**2 cuillères à café de pâte de sésame ou de beurre de cacahuète**

**2 cuillères à soupe de beurre**

**Assaisonner chaque carré d'agneau de sel et de poivre.**

**Dorer chacun dans une poêle antiadhésive avec de l'huile d'arachide pendant 5 minutes en les retournant fréquemment.**

**Laisser refroidir.**

**Mélanger les ingrédients de la marinade dans un petit bol et frotter le mélange sur les carrés avec une spatule en caoutchouc.**

**Laisser mariner pendant 1 heure.**

**Préchauffer le four à 230C et placer les carrés d'agneau sur la lèchefrite. Humidifier les feuilles de sauge fraîches ou sèches avec un peu d'eau et les répartir sur les carrés d'agneau.**

**Réduire le feu à 200 C, couvrir les carrés de papier d'aluminium et faire rôtir pendant 30 minutes. Retirer le papier d'aluminium pendant les 5 dernières minutes pour un aspect plus doré et croustillant.**

**Déposer l'agneau sur une planche à découper et laisser reposer les carrés pendant 20 minutes.**

**Retirer le gras de lèche frite, y ajouter le bouillon de poulet et déglacer. Ajouter l'huile de sésame, la pâte de sésame et le beurre à la sauce et bien mélanger.**

**Découper les carrés d'agneau, les disposer sur un plat de service et servir avec la sauce.**