

CABRI RÔTI

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

..... pour 6 personnes

Ingrédients

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
3-4	Gousses d'ail
600 g	Carottes
1	Echalote
2 dl	Vin blanc sec
30 g	Beurre
30 g	Raisins secs
½ bouquet	Ciboulette

Préparation

1 | Equeuter les fines herbes et les couper finement. Passer le citron sous l'eau chaude, le peler finement à l'aide d'un zesteur, 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.

3 | Faire cuire le cabri dans un four préchauffé à 180 degrés 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 à 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.



Marinade

env. 2 heures

Préparation

env. 90 minutes



Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

420 kcal | 40 g de protéines

13 g de glucides | 20 g de lipides



Autres recettes:

viandesuisse.ch/recettes