

CABRI BRAISÉ

au vin blanc, à la pancetta, au cerfeuil, aux tomates et à la cannelle

..... pour 6 personnes

Ingrédients

1	Cuisse de cabri suisse (env. 1,2 kg)
1	Côte de cabri suisse (env. 600 g)
1	Tête d'ail
2	Oignons
1	Carotte
	Sel, poivre du moulin
80 g	Pancetta (lard de poitrine non fumé) en tranches fines
3 cs	Huile d'olive
3,5 dl	Vin blanc sec
500 g	Tomates cerises
1	Petit bâton de cannelle
1 bouquet	Cerfeuil

Préparation

- 1** | Couper la tête d'ail en deux sans la peler, peler les oignons et les couper en quatre, peler la carotte et la couper grossièrement en morceaux.
- 2** | Saler et poivrer la viande de cabri. Couvrir la côte avec la pancetta. Faire chauffer de l'huile d'olive dans une sauteuse et y saisir la cuisse de cabri de tous côtés. Incorporer les ingrédients préparés, faire revenir quelques instants et déglacer avec le vin blanc.
- 3** | Faire cuire au four préchauffé à 175°C pendant env. 75 minutes. Après env. 40 minutes, ajouter la côte, les tomates et la cannelle. Laisser cuire encore env. 35 minutes. Dans la sauteuse, mouiller éventuellement le fond de cuisson dans un peu de liquide pour décoller les sucs, ajouter le cerfeuil, faire chauffer à nouveau quelques instants puis servir.

Accompagner de petites pommes de terre rôties.



Préparation

env. 15 minutes

Rôti au four

env. 75 minutes



Valeurs nutritives

1 portion contient env.:
560 kcal | 57 g de protéines
6 g de glucides | 33 g de lipides
(sans pommes de terre)



Autres recettes:

viandesuisse.ch/recettes