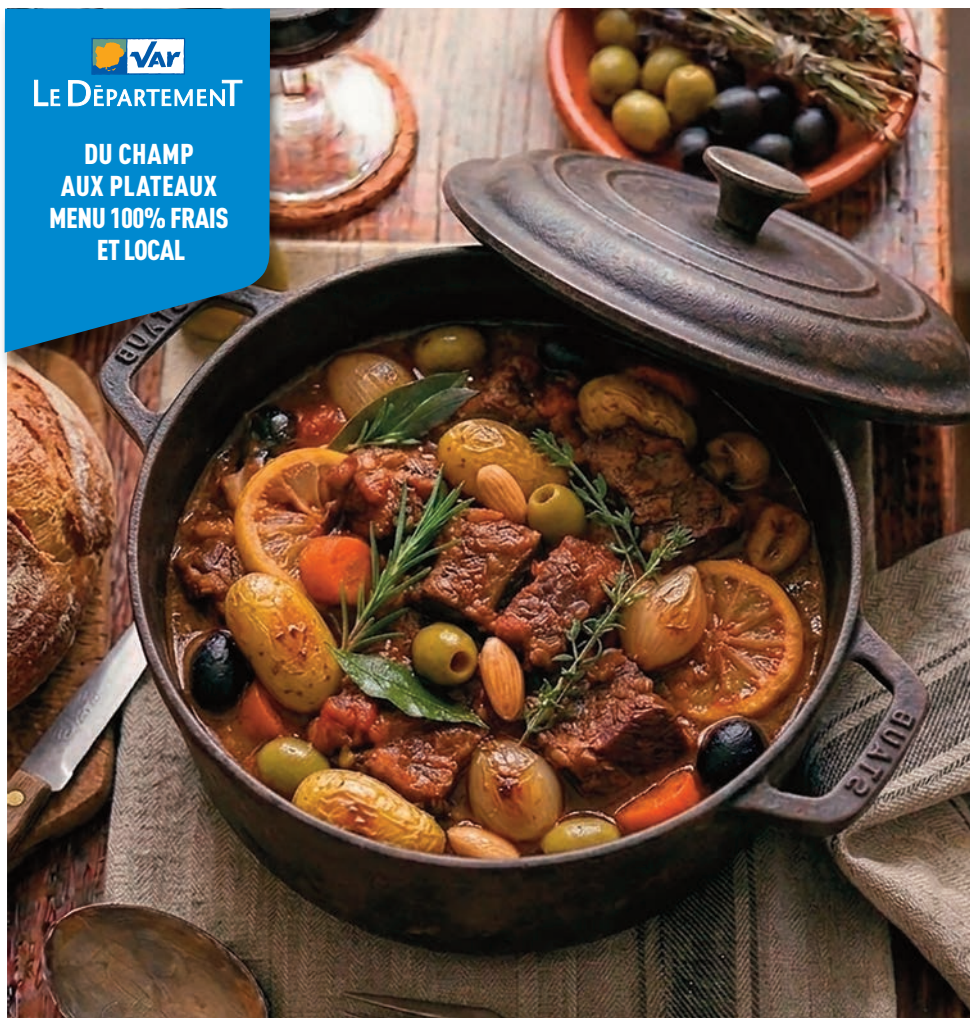




LE DÉPARTEMENT

DU CHAMP
AUX PLATEAUX
MENU 100% FRAIS
ET LOCAL



Sauté d'agneau aux olives pommes de terre grenaille rôties

Par l'équipe
de cuisine
et son Chef

Frédéric Tisch

Collège de l'Estérel à Saint-Raphaël



LE VAR, AVEC VOUS, PRÈS DE CHEZ VOUS, CHAQUE JOUR



- Préparation : 15 min
- Cuisson : 2 h

Ingrédients

(pour 10 personnes)

- 2,5 kg d'Agneau
- 300 g d'olives vertes
 - 4 oignons
 - Ail : 1 tête
- 20 cl de vin blanc
- 50 cl de fond de veau
- Thym, laurier et romarin :
1 brindille de chaque et 1 feuille de laurier
- 2 kg de pommes de terre grenaille
 - 3 cuillères à café de concentré de tomate

Produits locaux utilisés :

Var (83) :

Pommes de terre grenaille (0 Paysans)

Alpes-de-Haute-Provence (04) :

Sauté d'agneau

(Joassan frères - Revest-du-Bion)

Sauté d'agneau aux olives, pommes de terre grenaille rôties

Préparation

① Préparation du sauté d'agneau

- Couper la viande en morceaux en laissant un peu de gras autour
- Faire dorer et colorer la viande (marquer la viande)
- Sortir et égoutter la viande puis saupoudrer de 4 cuillères soupe de farine en mélangeant bien les morceaux (singer la viande)
- Faire revenir les oignons
- Ajouter le vin blanc
- Ajouter le concentré de tomate
- Mettre le fond de veau
- Remettre la viande
- Laisser cuire 1 h 30 à 2 h (gouter pour vérifier la cuisson !)
- Ajouter les olives

② Pour les pommes de terre

- Les laver
- Les déposer dans un plat sans les éplucher
- Rajouter 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, saupoudrez de 4 branches de thym ou de romarin et de 4 cuillères à café de sel et remuer le tout pour enrober les pommes de terre
- Les étaler en une seule couche
- Faire cuire 40 minutes au four (180°), les pommes sont cuites lorsqu'un couteau s'enfonce facilement dedans.

Bon Appétit !