



Recette catalane pour ce vin:
Cargolada

Sauté d'agneau aux poivrons et aux olives

Pour 6 personnes
Préparation: 20 mn Cuisson: 55 mn



Nous recommandons pour cette recette
Le Côtes du Roussillon Tradition

INGRÉDIENTS

- 1 kg d'épaule d'agneau désossée, détaillée en cubes
- 4 poivrons rouges
- 3 gousses d'ail
- 1 oignon
- 1 c. à s. d'huile d'olive vierge extra
- 10 g de beurre
- 15 cl de vin blanc sec
- 4 feuilles de laurier
- 12 olives noires dénoyautées
- sel, poivre

PRÉPARATION

1. Laver les poivrons, épépinez-les et détaillez-les en dés.
2. Pelez et hachez l'ail et l'oignon.
3. Dans un grand faitout, chauffez l'huile et le beurre sans le faire noircir.
4. Faites revenir les morceaux de viande sur toutes les faces. Pensez à dégraisser la viande avant la cuisson, en ôtant le gras.

5. Ajouter l'oignon. Quand il devient transparent, mouillez au vin blanc.
6. Ajoutez l'ail et le laurier, salez, poivrez.
7. Couvrez et laissez cuire à feu doux. Au bout de 30 minutes, ajoutez les dés de poivron à la viande et mélangez. Mouillez avec un peu d'eau si nécessaire. Faites cuire encore 15 minutes.
8. Ajoutez les olives noires dénoyautées. Rectifiez l'assaisonnement si besoin.
9. Servez avec du riz sauvage.

"Bon Profit, Salut!"
-Bon appétit et santé !

Domaine Sol-Payré
F-66200 Elne
www.sol-payre.com