



Déclinaison d'agneau de lait, artichaut à l'huile de vanille

29/11/2016 à 10h38

Par [Pr Jean-Michel Lecerf](#)

Temps de préparation : 30 min

Temps de cuisson : 2h

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- 2 gousses de vanille
- 8 artichauts
- 2 citrons
- 6 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre

Pris dans un agneau de lait :

- 1 carré de 8 côtes
- 2 rognons
- 200g de gigot
- 200g d'épaule

Préparation :

Pour l'huile de vanille :

- Chauffez l'huile d'olive à 45°C puis ajoutez les gousses de vanille fendues en deux ;

Pour la purée d'artichaut :

- Préparez 6 cœurs à l'aide d'un couteau, citronnez, enlevez le foin. Réservez deux cœurs pour la deuxième garniture. Faites bien cuire les 6 cœurs à la vapeur et mixez en purée avec un peu d'huile d'olive ;
- Divisez l'épaule d'agneau en 4 morceaux et mettez à confire à feu doux pendant 2 heures dans un peu d'huile et de vanille. Mettez à rôti le carré, le gigot et les rognons ;
- Détaillez les deux cœurs d'artichauts restants en fines tranches et faites-les sauter avec un peu d'huile de vanille ;
- Sur des assiettes chaudes, dressez les tranches d'artichauts, puis une quenelle de purée, l'épaule, les morceaux d'agneau rosés ;
- Décorez d'un fragment de gousse de vanille et saucez d'un filet d'huile de vanille.