



KOCHEN IM ZEICHEN
DES GUTEN GESCHMACKS

COTELETTES D'AGNEAU A LA MENTHE



INGRÉDIENT PRINCIPAL
Agneau

TEMPS DE CUISSON :
Moins de 30 minutes
plus 60 minutes de
marinade

PORTIONS :
4

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ :
Facile

INGRÉDIENTS

- 1 citron
- 4 brins de menthe
- 2 gousses d'ail
- 5 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 8 côtelettes d'agneau de 100 g chacune
- Poivre noir moulu
- Sel

PRÉPARATION

- 1) Râpez le zeste et pressez le citron, puis versez dans un bol. Hachez finement la menthe, épluchez et pressez l'ail, puis ajoutez au mélange de citron avec 3 cuillères à soupe d'huile d'olive. Et mélangez bien le tout.
- 2) Badigeonnez les côtelettes avec la moitié de la marinade et mettez le reste de côté. Couvrez les côtelettes et laissez-les mariner au réfrigérateur pendant une heure. Puis, sortez les côtelettes du réfrigérateur et épongez la marinade.
- 3) La viande doit avoir retrouvé la température ambiante avant d'être dorée. Faites monter le gril Le Creuset lentement en température puis chauffez à feu vif, ajoutez l'huile et faites griller les côtelettes sur chaque côté pendant environ 3 minutes chacune, puis retirez-les. Salez et poivrez puis arrosez avec le reste de la marinade.
- 4) Placez les côtelettes dans le four à 60 °C. Saupoudrez de feuilles de menthe et servez.

Copyright Image/Recette © 2021 Le Creuset
www.lecreuset.com