



UNE CUISINE  
DE BON GOÛT

## CÔTELETTES D'AGNEAU MARINÉES DANS DU LAIT RIBOT, OIGNONS ROUGES ET SAUCE RAÏTA



INGRÉDIENT  
PRINCIPAL

Viande

TEMPS DE  
PRÉPARATION  
Plus de 1 heures

PERSONNES

1

### VUE D'ENSEMBLE

Le fait de faire mariner les côtelettes dans du lait Ribot leur donne du goût et aide à attendrir l'agneau pour qu'il soit fondant et succulent.

Prenez le temps de faire fondre la graisse des côtelettes d'agneau sur le gril pour les rendre croustillantes.

### INGRÉDIENTS

#### Pour les côtelettes d'agneau marinées au lait ribot

- 8 côtelettes d'agneau fermier
- Sel marin et poivre noir fraîchement moulu
- 350 ml de lait Ribot
- 4 gousses d'ail émincées
- Zestes d'un citron

#### Pour les oignons roses marinés

- 1 oignon rouge, finement émincé
- Jus de 2 citrons
- 5 g de sel marin

#### Pour la sauce raïta au concombre

- 150 ml de yaourt
- ½ concombre, râpé
- 10 g de menthe fraîche, finement ciselée
- 1 gousse d'ail, émincée

#### Pour les accompagnements

- 2 aubergines, coupées en longues lamelles
- ¼ de pastèque, coupée en triangles
- 1 citron, coupé en quartiers pour servir

### PRÉPARATION

- 1) Pour commencer, salez et poivrez les côtes d'agneau.
- 2) Mélangez le lait Ribot, l'ail et le zeste de citron dans un grand plat.
- 3) Placez les côtelettes assaisonnées dans le mélange de lait Ribot en pressant la viande.
- 4) Laissez mariner au réfrigérateur au moins 2 heures, ou toute une nuit.
- 5) Placez l'oignon rouge tranché en fines rondelles dans un bol pour faire les oignons marinés.



UNE CUISINE  
DE BON GOÛT

- 6) Saupoudrez 5 g de sel marin sur les oignons et massez-les jusqu'à ce qu'ils dégorgent.
- 7) Ensuite, pressez le jus de 2 citrons et laissez reposer.
- 8) Pour préparer la sauce Raïta, mettez le yaourt, le concombre râpé, la menthe, le jus de citron, l'ail, le sel et le poivre dans un bol et mélangez bien.
- 9) Préchauffez le four à 180 °C/160 °C chaleur tournante/thermostat 4.
- 10) Faites chauffer un gril rectangulaire Le Creuset de 30 cm à feu moyen.
- 11) Retirez les côtelettes du réfrigérateur et de la marinade (vous pouvez jeter la marinade).
- 12) Épongez les résidus de marinade en tamponnant à l'aide d'un papier absorbant.
- 13) Placez les côtelettes côté gras sur le gril chaud pour faire fondre la graisse.
- 14) Une fois la graisse d'agneau croustillante, faites griller la viande jusqu'à apparition des lignes de gril.
- 15) Retirez du feu, enfournez délicatement le gril et laissez cuire 8 à 10 minutes supplémentaires ou à votre convenance.
- 16) Lorsqu'il est cuit, retirez-le du gril et laissez-le reposer 5 minutes.
- 17) Faites toujours reposer votre viande, elle sera ainsi plus juteuse et plus tendre.
- 18) Pendant ce temps, baignez les aubergines en lamelles dans un bol avec de l'huile d'olive, du sel et du poivre.
- 19) Snackez-les au gril et retirez-les dès que les marques de gril apparaissent.
- 20) Servez les côtelettes avec les lamelles d'aubergines, la pastèque grillée, les oignons marinés et la sauce Raïta au concombre.
- 21) Côtelettes d'agneau marinées dans du lait Ribot, oignons rouges et sauce Raïta

Copyright Image/Recette © 2022 Le Creuset

[www.lecreuset.com](http://www.lecreuset.com)