

# Agneau et sa crème d'ail (recette basse température version traditionnelle et version Thermomix TM6)

L'agneau se prête particulièrement bien à la basse température et vous allez déguster une viande dont la tendreté vous étonnera! Je l'accompagne d'une crème à l'ail qui est toute en douceur car l'ail perd de sa puissance de par sa cuisson dans la crème...

Cette recette basse température peut se réaliser à l'aide de votre thermoplongeur mais également si vous possédez un Thermomix TM6 car cet appareil possède maintenant cette fonctionnalité très intéressante!

Vous ne connaissez pas encore le TM6 et vous habitez en Belgique? Contactez-moi à l'adresse mail suivante pour assister à une démonstration gratuite de ce robot époustouflant , très facile d'utilisation et que l'on retrouve dans toutes les cuisines des grands chefs étoilés:

**[gourmantissimes@gmail.com](mailto:gourmantissimes@gmail.com)**

Je me ferai un plaisir de vous proposer cette démonstration en toute convivialité dans ma cuisine ou chez vous. Nous réaliserons tout un repas que vous dégusterez par la suite. Il comprendra la réalisation d'une limonade, un bon pain tout chaud, une entrée, un plat et un merveilleux sorbet...Pour connaître les prochaines dates de démonstration cliquez ici.



Agneau et sa crème d'ail (Recette TM6, cuisson sous vide)u



Beaucoup d'entre vous, aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleurs recettes basse température. Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection "Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1" , "Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2", "Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3" ,"Ma cuisine basse température, Best Of -Tome 4" et enfin "Ma cuisine Basse Température, Best of – Tome 5".

Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 2, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 3, cliquez [ici](#)

- Pour le Tome 4 cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 5 cliquez [ici](#)

Vous y retrouverez mes recettes phares en pas à pas imagées comme dans le blog.

- Et mon tout dernier livre « Verrines et bouchées gourmandes pour un apéritif réussi »

## Matériel

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.



FoodSaver Machine Sous Vide, avec compartiment de rangement pour rouleau et cutter et 3 vitesses d'aspiration, inclut sacs de mise sous vide assortis, Argent avec des touches noires [V2860-I]

- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez en trouver un grand choix en cliquant [ici](#).



## Ingrédients pour 4 personnes

Pour la crème d'ail

- 180 g de gousses d'ail épluchées
- 180 g de crème fraîche liquide entière
- sel et poivre

Pour l'agneau

- 2 beaux filets d'agneau
- huile d'olive
- des branches de thym frais
- sel (10 g/kilo) et poivre

## Préparation

- Mettez les gousses d'ail et la crème dans une casserole. Laissez cuire à feu doux jusqu'à ce que l'ail soit bien tendre (piquez une gousse avec la pointe d'un couteau pour vous en assurer).



Faites chauffer la crème  
avec les gousses d'ail

- Égouttez et mixez finement les gousses d'ail. Au besoin renouvelez l'opération en rajoutant un peu de crème de la cuisson pour obtenir une texture onctueuse. Rectifiez l'assaisonnement. Votre crème d'ail est prête. Salez et poivrez. Réservez la crème.



Agneau basse température et  
sa crème d'ail (Recette  
Thermomix)

- Versez un filet d'huile d'olive sur les filets d'agneau et ajoutez quelques branches de thym. Salez et poivrez. Filmez les filets avec du film alimentaire (cela évitera à votre sous videuse d'aspirer l'huile si vous ne possédez pas de sous videuse type « Home » de Multivac) et mettez la viande sous vide. Cuisez au bain marie à l'aide de votre thermoplongeur pendant 20 minutes à 58° ou 20 minutes à l'aide de votre TM6 en mode sous vide à

58° en n'oubliant pas d'insérer auparavant le disque cuisson spécial pour la cuisson basse température ( à commander en cliquant ici – pour la zone Benelux-) et en remplissant le bol d'eau (la sachet de viande doit être complètement immergé).



Agneau et sa crème d'ail  
(Recette TM6, cuisson sous  
vide)u

- Faites revenir les filets dans une poêle bien chaude avec de l'huile d'olive juste pour les colorer (30 secondes de chaque côté). Puis coupez les filets en gros tronçons.



Coupez chaque filet d'agneau  
en morceaux

## Dressage

- Sortez la viande du sachet et servez avec la crème d'ail.



Agneau et sa crème d'ail (Recette TM6, cuisson sous vide)

---

## Tajine d'agneau abricots et pruneaux, basse température

Vous cherchez une recette pour se réchauffer autour d'une grande tablée en famille ou entre amis... Quoi de mieux qu'un tajine d'agneau abricots et pruneaux bien tendre grâce à

la cuisson basse température et délicieusement parfumé aux fruits secs?



Beaucoup d'entre vous aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleurs recettes basse température. Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3 » et enfin « Ma cuisine basse température-Tome 4 ». Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 2, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 3, cliquez [ici](#)

Vous y retrouverez mes recettes phares en pas à pas imagées comme dans le blog.



Tajine d'agneau abricots et pruneaux, basse température

## **Ingrédients pour un tajine d'agneau abricots et pruneaux : 7 à 8 personnes**

- 1200 g d'épaule d'agneau coupée en gros dés de 3 cm de côté
- 20 pruneaux secs dénoyautés
- 20 abricots secs
- 100 g d'amandes émondées (sans la peau)
- une cuillerée à soupe de « 4 épices » ou d'épices à tajine
- un gros oignon blanc
- une cuillerée à café de gingembre en poudre
- une cuillerée à café de cannelle
- une pincée de safran
- deux gousses d'ail

- quelques grains de poivre
- huile olive
- 30 cl de fond de volaille: **il faut impérativement congeler votre fond de volaille dans un bac à glaçons.** En effet si vous le laissez liquide il sera alors aspiré par la machine à mise sous vide.
- quelques feuilles de menthe fraîche

## Matériel

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.



FoodSaver Machine Sous Vide, avec compartiment de rangement pour rouleau et cutter et 3 vitesses d'aspiration, inclut sacs de mise sous vide assortis, Argent avec des touches noires [V2860-I]

- Ou pour ceux d'entre vous qui sont intéressés par l'achat d'une sous videuse à cloche de bien meilleure qualité (et qui vous permettra aussi de mettre des liquides sous vide) je vous conseille l'achat de la Home de Multivac. Vous la trouverez en cliquant [ici](#) et profitez d'une réduction de **50 euros** sur votre achat en utilisant le code promo "**Gourmantissimes50**"



Home de Multivac

- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:



Aicok Cuisueur Sous Vide 1500W Calculateur d'Immersion de Cuisinière Avec Minuterie Numérique et Thermostat Réglable pour Circulation de Température et Cuisson Précise, Sans BPA, Inox, Noir

Pour plus d'informations sur la cuisson sous vide basse température cliquez [ici](#).

## Préparation

N'oubliez pas de congeler votre fond de volaille la veille.

Préparez la marinade:

- Coupez l'oignon en lamelles.



Épluchez les oignons et coupez les en fines lamelles

- Dans un grand plat versez les oignons, le gingembre, les « 4 épices », la cannelle, le safran ainsi que quatre cuillerées à soupe d'huile d'olive et râpez deux gousses d'ail sur le mélange.



Préparez la marinade

- Ajoutez les cubes d'agneau et bien mélanger. Recouvrez de film alimentaire et placez le plat au frais pendant trois heures.



Ajoutez la viande à la marinade

- Sortir la viande du frigo et laissez-la reposer à température ambiante 1/2 heure. Puis faites revenir la viande rapidement dans une grande poêle juste pour la colorer. Attention: les morceaux de viande ne doivent pas se chevaucher. Il vaut mieux cuire en deux ou trois fois votre viande plutôt que d'en avoir de trop dans la poêle.



Faire revenir les morceaux d'agneau à la poêle

- A la fin de la cuisson réservez la viande dans un grand plat (avec le jus que la cuisson a rendu) et ajoutez-y les abricots et les pruneaux. **Remettez au frais**: il est préférable de mettre sous vide les aliments quand ils sont froids. **Pourquoi?** Quand un aliment est encore chaud, il continue à émettre de la vapeur qui va envahir

vosre sachet sous vide et créer de l'air à l'intérieur du sachet, ce qui est à l'inverse du but recherché..



Ajoutez les abricots et les pruneaux

- Quand la viande est refroidie mettez-la alors sous vide avec les glaçons de fond de volaille.



Mettre sous vide

- Cuire à 58° pendant 35 mn.



Anova sous vide circulator

- Pendant la cuisson de la viande faites torréfier les amandes au four (200° environ 8 mn).



Grillez les amandes au four

- Puis ciselez quelques feuilles de menthe; réservez-en quelques unes entières pour la présentation.



Ciselez la menthe

## Dressage

- Ouvrez le sachet de viande et disposez-la dans un joli plat. Agrémentez le tout d' amandes grillées et de feuilles de menthe. Vous n'avez plus qu'à déguster. En accompagnement je sers souvent ce plat avec soit de la graine de couscous ou quelques pommes de terre cuites à l'anglaise dans un bouillon de légume et accompagnées d'une compotée d'oignons. Pour savoir comment réaliser rapidement une compotée d'oignon cliquez [ici](#).



Tajine d'agneau abricots et pruneaux, basse température

