

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

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)

Épaule d'agneau confite à la provençale (recette basse

température)

Bientôt Pâques et son traditionnel gigot d'agneau. Pour l'occasion voici une Épaule d'agneau confite à la provençale. cuite basse température. Ce plat se commence la veille car l'agneau doit cuire 12 heures à basse température, ce qui lui amènera une tendreté exceptionnelle. Vous pouvez également préparer la sauce et la garniture la veille: vous n'aurez plus qu'à ramener la viande à température le jour même et réchauffer la garniture et la sauce...Donc beaucoup plus de temps pour profiter pleinement de vos invités ou votre famille.

Comme tous les éléments cuisent basse température n'oubliez pas de préchauffer vos assiettes à 70 ° dans votre four. Cela permettra de servir votre plat à bonne température: il refroidira moins vite.

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



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.



Épaule d'agneau confite à la provençale (recette basse température)

Ingrédients pour l'Épaule d'agneau à la provençale (8 personnes)

Pour l'épaule

- une épaule d'agneau coupée en tranches d'environ 2 kg 5: l'os représente environ 20 à 25% du poids. Donc il vous restera environ 2 kg de viande
- deux cuillerées à soupe de tapenade
- deux cuillerées à soupe de tomates confites mixées finement. Pour la recette maison cliquez [ici](#).
- une branche de romarin

- huile d'olive
- un peu de parmesan râpé

Pour la garniture

- un poivron jaune
- un poivron rouge
- un oignon blanc
- sel, poivre
- des olives noires et vertes

Pour les pommes de terre

- 10 pommes de terre
- 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillerées à soupe de vin blanc
- du thym frais
- sel

Pour la sauce

- un poivron rouge
- un oignon rouge
- une gousse d'ail
- une cuillerée à café de vinaigre balsamique (choisissez-en un bon, bien sirupeux)
- 15 cl de vin blanc
- sel, poivre

Pour le dressage

- quelques tomates confites à l'huile. Pour la recette cliquez [ici](#).
- quelques feuilles de basilic

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 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

- des cercles de présentation (rond ou carrés ou rectangulaires, selon votre choix). Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.



AGDLLYD Emporte-pièces, Cercles de présentation, Lot de 4 Emporte-Pièces Ronds Avec Poussoir En Acier Inoxydable De Haute Qualité

- Et pour ceux d'entre vous qui sont intéressés par l'achat d'une sous videuse à cloche d'excellente qualité, permettant entre autre 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**"



Préparation

Pour la viande: on la prépare et on la cuit la veille (par exemple cuisez-la pendant la nuit précédant le jour où vous allez la servir)

- Ciselez les feuilles de romarin.



Ciselez les feuilles de romarin

- Mélangez la tapenade, la purée de tomates confites, le romarin avec deux ou trois cuillerées à soupe d'huile d'olive.



Mélangez la tapenade, la purée de tomates confites, le romarin

- Badigeonnez les tranches d'épaule avec ce mélange.



Badigeonnez les tranches d'épaule avec ce mélange

- Mettez l'agneau sous vide et cuisez-le pendant 12 heures à 62°.



Mettez l'agneau sous vide et cuisez-la pendant 12 heures à 62°.

Quand la viande est cuite deux possibilités:

-soit vous l'utilisez de suite: dans ce cas sortez la viande du sachet et effilochez-la. Mélanger-la bien à la sauce qui reste dans le sachet et réservez au chaud dans le four à 65° le temps du dressage.

-soit vous ne la servez pas immédiatement: dans ce cas plongez le sachet dans de l'eau bien froide pendant 15 mn et réservez au frais. Vous le replongerez dans le bain marie avec le thermoplongeur à 62° pendant 40 mn pour ramener la viande à température avant de l'effilocher. Puis comme précédemment

mélanger-la bien à la sauce qui reste dans le sachet et réservez au chaud dans le four à 65° le temps du dressage.

Pour la sauce

- Épluchez et ciselez l'oignon blanc en petite brunoise.



Épluchez et ciselez un oignon

- Coupez le poivron rouge en brunoise.



Coupez le poivron en brunoise

- Faites revenir l'oignon avec un peu d'huile d'olive. Puis ajoutez le poivron rouge émincé et la gousse d'ail râpée.



Faites revenir l'oignon et le poivron

- Ajoutez 15 cl de vin blanc et une cuillerée à café de vinaigre balsamique. Laissez compoter doucement jusqu'à ce que l'ensemble soit bien tendre. Salez et poivrez.



Ajoutez 15 cl de vin blanc et une cuillerée à café de vinaigre balsamique

- Mixez finement l'ensemble, rectifiez l'assaisonnement et réservez.



Mixez finement l'ensemble et réservez

Pour la garniture

- Ciselez l'oignon rouge en fine brunoise.



Épluchez l'oignon rouge, coupez-le en deux et réalisez une fine brunoise

- Coupez le poivron rouge et le jaune en brunoise.



Coupez le poivron rouge et
le jaune en brunoise

- Faites revenir le poivron jaune , le poivron rouge et l'oignon rouge avec de l'huile d'olive. Laissez compoter doucement jusqu'à ce que l'ensemble soit bien tendre; salez et poivrez.



Faites revenir le poivron
jaune , le poivron rouge et
l'oignon rouge avec de
l'huile d'olive

- Je sers cette épaule accompagnée des pommes de terre au four en plus des poivrons: lavez bien les pommes de terre; ne les épluchez pas. Coupez-les en quatre et versez-les dans un grand plat avec le vin blanc , l'huile d'olive, le thym; salez et mélangez bien. Enfournez à 185° pendant 45 mn. Remuez de temps à autre les pommes de terre.



Remuez de temps à autre les
pommes de terre

Dressage

- Effilochez la viande et ajoutez-y un peu de parmesan râpé.



Effilochez la viande
d'agneau

- Dressez la viande effilochée dans le petit emporte
pièce. Puis disposez la garniture de poivron tout
autour.



Dressez la viande effilochée dans le petit emporte pièce

- Tracez des petites bandes de coulis de poivron à l'aide d'une pipette dans le sens où vous le désirez. Puis à l'aide d'un peigne de cuisine tracez des piques.



Tracez des petites bandes de coulis à l'aide d'une pipette

- Puis déposez quelques pommes de terre et olives. Puis décorez avec des pousses de basilic et des tomates confites. C'est prêt!



Épaule d'agneau confite à la provençale (recette basse température)