



Filet d'agneau et salsa à la menthe fraîche



Temps de préparation

> 1h



Difficulté

Facile



Ingrédients

1 kilogramme de filet d'agneau
poivre noir
fleur de sel
huile d'olive

Pour la salsa à la menthe :

2 cuillères à soupe de sucre
1/2 cuillerée à thé fleur de sel
6 cuillères à soupe vinaigre de vin rouge
1 grand bouquet de menthe, fraîche

Méthode de préparation

- 1.** Préparez la salsa à la menthe : faites dissoudre le sucre et le sel dans le vinaigre de xérès.
- 2.** Ciselez la menthe lavée et bien séchée le plus finement possible. Faites-le de préférence au couteau bien aiguisé et non au robot ménager : la menthe gardera toute sa saveur. Laissez mariner la menthe dans le mélange de vinaigre de xérès pendant au moins une heure.
- 3.** Laissez la viande reposer à température ambiante pendant 30 minutes. Séchez-la soigneusement avec du papier absorbant et parsemez-la de chaque côté de poivre noir et de fleur de sel. Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle pour dorer les filets d'agneau. Comptez \pm 3 minutes par côté pour une cuisson rosée. Laissez la viande reposer 10 minutes sous un aluminium, avant de la couper en tranches.
- 4.** Dressez sur un plat et arrosez de salsa à la menthe.