



Carré d'agneau en croûte d'épices, accompagné de grenailles et de haricots princesse



Temps de préparation

30 min à 1h



Difficulté

Facile



Ingrédients

800 grammes de grenailles
beurre
400 grammes de haricots verts
2 tasses de chapelure
4 cuillères à soupe de parmesan
2 poignées de persil plat
800 grammes de carré d'agneau
huile d'olive
moutarde
sel et poivre
250 grammes de tomates cerises

Méthode de préparation

- 1.** Faites cuire les grenailles et égouttez-les. Juste avant de servir, faites-les revenir dans du beurre.
- 2.** Nettoyez les haricots princesse et cuisez-les dans de l'eau salée. Égouttez. Juste avant de servir, réchauffez-les dans une poêle avec un filet d'huile d'olive, poivrez et salez, puis ajoutez les tomates cerises émincées.
- 3.** À l'aide d'un blender ou d'un robot de cuisine, mixez la chapelure, le parmesan et le persil plat jusqu'à l'obtention d'une poudre vert clair. Versez le mélange sur une assiette.
- 4.** Salez et poivrez généreusement les carrés d'agneau. Faites-les brièvement revenir dans de l'huile d'olive sur tous les côtés. Retirez de la poêle. À l'aide d'un pinceau, nappez la viande d'une fine couche de moutarde. Passez les carrés d'agneau dans la poudre verte et faites cuire 10 minutes dans un four préchauffé à 180 °C. Laissez reposer un instant, puis coupez-les en tranches.
- 5.** Servez avec les grenailles et les haricots princesse.