Difficulté : Moyen Temps de préparation : 10 minutes Temps de cuisson : 50 minutes

BOX DE PÂQUES POUR 4 PERSONNES

Menu traditionnel des fêtes de Pâques, asperges al dente, l'agneau tendre et parfumé accompagné de petits légumes de saison , pour une assiette colorée aux saveurs printanières, suivie d'une touche sucrée et légère avec des fraises fraîches et leur chantilly maison à préparer...

- **L'agneau est sélectionné par Didier de la Ferme du Cantal**, avec soin et respect, garantissant ainsi une viande d'exception, tendre et pleine de saveur.
- **Les légumes de la Maison du Mieux Manger**, cultivés localement avec soin, dans le respect des saisons et de l'environnement, pour des saveurs authentiques et une fraîcheur incomparable.

LES INGRÉDIENTS

Epaule d'Agneau
9oogrs

Courgette
400g

Carotte
400g

Pommes de terre
400g

Oignon
2

Asperges
800grs

Fraises
1kg

Crème entière liquide froide
25cl

Sucre glace
2/3 cuillère à soupe

Pelardon
2

Vin rouge Château Valcombe
75cl

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS

Sel / poivre
à convenance

Beurre

Huile de Colza (ou Tournesol) et Huile d'olive

L'ÉQUIPEMENT

plat à four , Fouet, Bol, Cocotte,

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Entrée: Lavez les asperges, coupez juste la base si besoin (1 à 2 cm). Plongez-les dans l'eau bouillante salée Temps de cuisson : 5 à 7 minutes (selon leur taille). Égouttez-les et plongez-les aussitôt dans de l'eau froide ou de l'eau avec des glaçons pour fixer la couleur et stopper la cuisson.

ÉTAPE 2

Plat Lavez, épluchez et coupez les légumes en PETITS morceaux.

ÉTAPE 3

Badigeonnez la viande d'huile, salez et poivrez Disposez dans un plat allant au four avec quelques morceaux de beurre sur le dessus

ÉTAPE 4

Placez les légumes coupés autour de l'épaule, ajoutez l'huile d'olive sur les légumes, salez et poivrez.

ÉTAPE 5

Enfournez 50mn à 180°C, en démarrant à froid.

ÉTAPE 6

Servir chaud.

ÉTAPE 7

Dessert: Lavez et équeutez les fraises. Coupez les en morceaux dans un saladier et saupoudrez de sucre.

ÉTAPE 8

Chantilly: Placez le bol et les fouets au frigo (ou congélateur) pendant 15 à 20 min avant. Ça aide la crème à monter plus facilement. Versez la crème bien froide dans le bol. Commencez à fouetter à vitesse moyenne. Quand elle commence à épaissir, ajoutez progressivement le sucre glace. Continuez à fouetter jusqu'à obtenir une texture ferme mais souple (attention à ne pas battre trop longtemps, sinon ça vire au beurre !). Utilisez aussitôt ou conservez au frigo jusqu'au moment de servir (pas plus de quelques heures).

CONSEILS ET ASTUCES

Pour plus de saveurs, ajouter quelques branches de thym ou de romarin à la préparation.

Pour la chantilly, vous pouvez rajouter du sucre vanillé ou quelques gouttes d'extrait de vanille.