



## EPAULE D'AGNEAU AUX LÉGUMES D'AUTOMNE

Un plat mijoté réconfortant et complet, parfait pour l'automne, où l'agneau fondant se marie aux saveurs douces des légumes de saison.

- **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

 Agneau (épaule) en morceaux 200grs	 Champignons 100g	 Carotte 100g	 Pommes de terre 120g
 Gousse d'ail 1	 Vin rouge 5 cl	 Branche de thym 1	

### LES INGRÉDIENTS NON INCLUS

 Sel / poivre à convenance	 Beurre	 Bouillon de légumes 7cl	 Huile d'olive 7cl
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### LES ÉTAPES

#### ÉTAPE 1

Épluchez les pommes de terre et coupez-les en gros dés. Épluchez la carotte et coupez-la en rondelles. Émincez l'oignon, l'ail et les champignons.

#### ÉTAPE 2

Dans une petite cocotte, faites chauffer l'huile. Saisissez les morceaux d'agneau sur toutes les faces jusqu'à coloration. Réservez-les.

#### ÉTAPE 3

Dans la même cocotte, ajoutez une noisette de beurre. Faites revenir l'oignon, l'ail, les carottes et les champignons pendant 5 minutes.

#### ÉTAPE 4

Remettez l'agneau, versez le vin rouge. Laissez réduire 1 min. Ajoutez le bouillon, le thym, les pommes de terre, un peu de sel et de poivre.

#### ÉTAPE 5

Couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 45 minutes à 1 h, jusqu'à ce que la viande soit bien tendre et les pommes de terre fondantes. Ajoutez un peu d'eau ou de bouillon si le liquide s'évapore trop vite.

#### ÉTAPE 6

Goûtez, rectifiez l'assaisonnement et dégustez chaud!