

## Épaule d'agneau roulée, marinée aux saveurs d'Orient

Préparation : 25 mn

Cuisson : 55 mn environ

Marinade : 2 h

Les ingrédients pour 6 personnes :

1 épaule d'agneau désossée de 1,2 kg

1 oignon

3 gousses d'ail ( 2 )

1 citron confit au sel

1 petit piment vert

1 botte de coriandre

6 brins de menthe

4 c à s d'huile d'olive

3 c à s de graines de sésame

1 c à c de cumin moulu

1 c à c de coriandre moulue

Sel et poivre du moulin

Mixer l'ail pelé avec le citron confit, le piment épépiné, la moitié de l'huile, la moitié des graines de sésame, les feuilles de menthe ( attention si la menthe est très forte la doser en conséquence ), le cumin, la coriandre et le cumin moulu, sel et poivre. Répartir ce mélange sur les 2 côtés de l'épaule d'agneau aplatie et laisser mariner 2 h au frais.

Au bout de 2 h rouler l'épaule en la serrant bien et la ficeler en rôti. Peler l'oignon et le couper en grosses lamelles. Déposer le rôti et l'oignon dans un plat huilé et enfourner 15 mn à four préchauffé à 240°. Régler ensuite la température du four sur 180° et verser un verre d'eau chaude dans le plat. Retourner l'épaule d'agneau et cuire encore 40 mn environ ( à adapter en fonction du four et de l'épaisseur du rôti ). Sortir le rôti du four et l'envelopper d'aluminium pour le laisser reposer 10 mn avant de le trancher.

Déglacer le plat avec 20 cl d'eau et mixer le tout pour obtenir un jus épais ( je conseille de déglacer avec 7 -8 cl d'eau et éventuellement d'en rajouter après avoir mixé pour obtenir la bonne consistance de la sauce ).

Servir l'épaule avec la sauce et parsemée du reste de graines de sésame grillées à sec dans une poêle antiadhésive.

Vin conseillé : un Croze-hermitage jeune

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>