

Souris d'agneau et sa purée de potimarron et céleri

Temps de préparation : 30 min – Cuisson : 50 min

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 4 souris d'agneau
- 1 céleri rave
- 400g de potimarron
- 3 oignons
- 3 cuillères à soupe d'arôme MAGGI
- 1 demi botte de cerfeuil
- 1 c.à.s de sirop d'agave
- 1 c.à.s d'huile soit 30 pulvérisations

Etapas de préparations :

- 1) Emincez les oignons. Ciselez le cerfeuil.
- 2) Badigeonnez les souris d'agneau d'arôme Maggi mélangé à une c.à.s d'huile et de sirop d'agave. Faites-les mariner 30 minutes à température ambiante.
- 3) Dans une cocotte-minute, faites-les saisir 5 minutes à feu vif et dégraissez. Disposez-les avec l'os vers le haut. Ajoutez la marinade, les oignons et 300 ml d'eau. Faites cuire 50 minutes après la rotation de la soupape à feu doux. Mixez les oignons.
- 4) Coupez le céleri rave et le potimarron en cubes et faites-le cuire 25 minutes dans l'eau bouillante. Egouttez et mixez. Ajoutez le cerfeuil.
- 5) Servez une souris avec le cerfeuil et la compotée d'oignons.