Les épices curieuses
Explorateurs de saveurs étonnantes

LA CUISINE CURIEUSE, SIMPLEMENT

Palette d'agneau braisée aux châtaignes, carottes et Baies de Sichuan

Palette d'agneau braisée est une recette réconfortante où la chair fondante rencontre la douceur des châtaignes et la vivacité des carottes rôties. La Palette d'agneau braisée s'ouvre sur des notes chaudes et résineuses, rehaussées par la pointe citronnée et florale des Baies de Sichuan rouge, légèrement torréfiées puis infusées dans le jus de cuisson. La texture se joue entre la viande confite et les châtaignes tendres, tandis qu'un jus réduit vient napper l'ensemble. C'est un plat familial, parfait pour un dîner d'automne ou d'hiver, simple à préparer mais généreux en goût — il te donne envie de mettre la cocotte sur la table et de partager immédiatement.

P	T	C	D
PERSONNES	PRÉPARATION	CUISSON	DIFFICULTÉ
4	**15 min**	**75 min**	**moyen**

Ingrédients

- 1,2–1,4 kg de palette d'agneau (en un seul morceau)
- 400 g de châtaignes cuites, égouttées (sous-vide ou en bocal)
- 4 carottes moyennes, pelées et coupées en tronçons
- 2 oignons jaunes, émincés
- 3 gousses d'ail, écrasées
- 2 c. à soupe de concentré de tomate
- 200 ml de vin rouge
- 300 ml de bouillon de volaille ou de légumes
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 25 g de beurre
- 1 branche de thym, 1 feuille de laurier (ou un petit bouquet garni)
- Sel et poivre du moulin
- Baies de Sichuan rouge (voir dosage)

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Baies de Sichuan rouge

Scanner pour voir le produit

Préparation

Préchauffe le four à 160 °C (chaleur douce). Sale et poivre la palette d'agneau sur toutes ses faces.

Dans une cocotte allant au four, chauffe l'huile d'olive à feu vif. Saisis la palette 4 à 5 minutes de chaque côté jusqu'à une belle coloration. Réserve sur une assiette.

Baisse le feu à moyen, ajoute le beurre et fais revenir les oignons 5 minutes jusqu'à ce qu'ils commencent à blondir. Ajoute l'ail écrasé et laisse une minute.

Incorpore le concentré de tomate, mélange puis déglace avec le vin rouge en grattant les sucs. Laisse réduire 2 à 3 minutes.

Place la palette dans la cocotte, ajoute les carottes, les châtaignes, le thym et le laurier. Verse le bouillon pour couvrir la viande à mi-hauteur.

Torréfie très brièvement (15–20 secondes) 6 baies de Sichuan rouge dans une petite poêle sèche à feu moyen, puis concasse-les légèrement au mortier. Mets les baies concassées dans une petite mousseline ou un infuseur à thé et plonge-le dans le liquide de braisage pour infuser sans disperser les coques.

Couvre la cocotte et enfourne 1 h 15. Vérifie la cuisson à 1 h: la viande doit être tendre et se détacher facilement. Si nécessaire, prolonge 10–15 minutes.

Sors la cocotte, retire la palette et la gaze d'épices. Pose la palette sur une planche et laisse reposer 10 minutes. Fais réduire le jus sur feu vif si tu veux un nappage plus lié.

Découpe la palette en tranches épaisses ou effiloche-la. Nappe de jus réduit, parseme d'un peu de baies concassées réservées pour la finition si tu le souhaites, et sers avec les carottes et châtaignes.

Le conseil des Épices Curieuses

Torréfie très brièvement les baies à sec pour libérer leurs arômes sans les brûler. Utilise un infuseur ou un sachet de mousseline pour pouvoir retirer facilement les coques après la cuisson.