



**Email : [aiguemarine@aiguemarine.fr](mailto:aiguemarine@aiguemarine.fr)**

**Site : [www.aiguemarine.fr](http://www.aiguemarine.fr)**

**☎ 02 96 92 97 00**

**📠 02 96 92 44 48**

**CANON D'AGNEAU FARCI**  
aux épinards et romarin  
lingot cuisiné à la graisse de canard et chorizo

### **Ingrédients pour 4 personnes :**

Filet d'agneau : 2  
Epinard : 0.400 Kg  
Romarin : 2 branches  
Lingot : 0.500 kg  
Oignons : 2  
Tranche de lard fumé : 2  
Graisse de canard : 0.05 kg  
Thym, laurier : 2 branches  
Chorizo : 0.200 kg  
Crépine : 2  
Sel, poivre du moulin, huile d'olives

### **Recette :**

Ouvrir le filet d'agneau en porte feuille. Faire tomber les épinards à l'huile d'olives. Disposer sur le filet d'agneau les épinards et quelques brindilles de romarin. Refermer, rouler dans la crépine, ficeler, conserver au froid.

Faire suer à la graisse de canard les oignons, ajouter le thym, le laurier et le romarin.

Ajouter les lingots et le poivre, recouvrir d'eau, laisser cuire à petite ébullition durant 1 h. saler en fin de cuisson.

Mettre à réduire le jus d'agneau.

Démarrer vos filets d'agneau à l'huile d'olive, poursuivre la cuisson au four durant 6 à 8 mn selon l'épaisseur.

Tailler vos filets d'agneau, servir avec les lingots auxquels vous aurez ajouter une brunoise de chorizo.

Verser un cordon de jus d'agneau et quelques gouttes d'huile d'olives.