

René-François Maeder

Duo de cabri suisse d'automne : « Blanquette de cabri au safran » et « Gigot de cabri au four » et polenta à la crème

Ingrédients

Blanquette de cabri au safran

600 gr de viande de cabri (cou, épaule et poitrine)
100 gr de carottes coupées en dés
75 gr de céleri coupé en dés
25 gr de poireaux coupés en petits tronçons
100 gr d'oignons hachés
2 gousses d'ail hachées
5 dl de bouillon de légumes
1 dl de crème fouettée
1 clou de girofle
1 feuille de laurier
Sel, poivre de cayenne, thym, safran
1 c.s. de Maïzena
Ciboulette ciselée

Gigot de cabri au four

1 gigot de cabri d'env. 1 kg
1 petit céleri coupé en dés
4 petites carottes coupées en dés
8 oignons de printemps
4 gousses d'ail hachées
1 feuille de laurier
1 clou de girofle
1 noix de beurre à rôtir
7 dl de vin blanc sec
5 dl de fond brun ou de fond d'agneau

Marinade

20 gr de sel de mer
2 brins de romarin
4 brins de thym
1 gousse d'ail
1 c.s. huile d'olive
1 c.c. de poivre

Polenta Bramata à la crème

8 dl de bouillon de légumes
200 gr maïs à gros grain (Bramata)
1 oignon haché fin
Sel, poivre
2 dl de crème
150 gr Gruyère AOP râpé

Préparation

Blanquette de cabri au safran

Blanchir les morceaux de cabri coupés en pièces de 30 gr. Faire suer les oignons et l'ail dans une noix de beurre, ajouter la viande de cabri et continuer à faire suer, puis mouiller avec le bouillon et cuire. Après environ 10 minutes de cuisson, ajouter les carottes, céleri, poireau, ainsi que les épices et le safran et le sel.

Laisser mijoter le tout. Lorsque la viande est cuite, lier avec la Maïzena et goûter. Avant de servir, ajouter la crème et la ciboulette.

Remarque: on peut améliorer le goût avec une goutte de bon vin blanc.

Gigot de cabri au four

Hacher les herbes aromatiques et presser la gousse d'ail. Mélanger le tout et enduire le gigot de cabri de cette marinade. Laisser reposer 1 heure.

Préchauffer le four à 180 °C.

Faire suer les légumes dans de l'huile d'olive et les déposer sur une plaque. Faire ensuite revenir le gigot de cabri dans le beurre à rôtir chaud pendant 10 minutes.

Déposer le gigot sur les légumes, ajouter le vin blanc et le fond brun. Le gigot doit être presque recouvert. Laisser mijoter environ 1 heure au four. Contrôler la cuisson avec une fourchette à viande, que l'on plante dans la viande. Lorsqu'on peut la retirer facilement, le gigot est cuit.

Trancher la viande en belles tranches et dresser sur les légumes et le fond de cuisson.

Suggestions d'accompagnement

Ces plats peuvent se déguster autant avec une purée de pommes de terre qu'avec une polenta Bramata à la crème.

Polenta Bramata à la crème

Faire revenir les oignons, puis ajouter le bouillon et porter à ébullition. Verser le maïs en pluie tout en fouettant énergiquement. Cuire à feu doux durant 30 minutes en remuant constamment. Avant de servir, rajouter le Gruyère AOP et la crème, puis saler et poivrer. Goûter puis servir.

Bon appétit !

Ce met pourra être dégusté comme menu du jour au Restaurant de

la Guilde "Au Premier". Stand 166 avec terrasse



Waldhotel Doldenhorn
3718 Kandersteg

