



PAR... **FRÉDÉRIC MOREL** chef de La Villa Spicy

Épaule d'agneau façon tournedos et sa mousseline de carotte au curcuma



POUR 4 PERSONNES

• POUR L'ÉPAULE

1 épaule d'agneau de 1,5 kg avec os
1 carotte
1 poireau
1 branche de céleri
1 oignon jaune
2 échalotes
3 gousses d'ail
½ botte de thym
2,5 l d'eau froide
huile de tournesol
25 g de beurre doux.

• POUR LA MOUSSELINE DE CAROTTE AU CURCUMA

800 g de carotte standard
150 g de beurre doux
80 g de curcuma en poudre

Cuisson de l'épaule

1 Parez l'épaule d'agneau de sa graisse, faites chauffer dans une cocotte en fonte ou un grand fait-tout l'huile de tournesol à feu fort puis colorez les 2 faces de l'épaule jusqu'à obtention d'une coloration marron noisette. 2 Débarassez l'épaule et enlevez la graisse du récipient sans le laver. 3 Dans le même récipient, ajoutez un peu d'huile de tournesol et ajoutez la carotte, le vert de poireau, la branche de céleri, l'oignon, les échalotes, les gousses d'ail taillées grossièrement et le thym. 4 Faites suer à feux moyen, puis ajoutez le beurre en petits cubes. 5 Une fois le beurre moussieux, remettez l'épaule d'agneau et ajoutez l'eau froide. 6 Remettez le feu au plus fort jusqu'à la première ébullition puis passez en feux doux. 7 Écumez le plus souvent possible et laissez cuire 2 heures. 8 Une fois l'épaule cuite, débarrassez-la et laissez-la refroidir 10 minutes à température ambiante. 9 Pendant ce temps, filtrez le jus de cuisson et faites-le réduire à feu doux dans une casserole. 10 Effilochez l'épaule tout en prenant soin de ne pas laisser de cartilage ou de peau d'agneau.

Pour former les tournedos

1 Sur une planche à découper, étirez un film alimentaire sur toute la largeur. 2 Déposez l'effiloché d'épaule, salez légèrement puis formez une ballottine en roulant le film alimentaire par les deux extrémités. 3 Renouvelez l'opération 3 fois, 2 fois dans le sens de la largeur et 1 fois dans le sens de la longueur en alternant. 4 Une fois la ballottine formée et bien serrée, mettez-la directement au frigo pour que l'effiloché soit bien compact. 5 L'astuce du chef : faites quelques petits trous à l'aide d'une pointe de couteau pour chasser le maximum d'air tout en serrant.

Jus d'agneau réduit

1 Pendant ce temps, filtrez le jus de cuisson et faites-le réduire à feu doux dans une casserole jusqu'à consistance semi sirupeuse, puis débarrassez.

Mousseline de carotte au curcuma

1 Taillez les carottes en grosses rondelles et faites-les cuire dans une grande casserole d'eau non salée, départ eau froide. 2 Faites cuire à petite ébullition. 3 Dans un blender, mettez la moitié du beurre froid taillé en petits cubes, puis les carottes cuites et la moitié du curcuma en poudre. 4 Mixez jusqu'à ce que la mousseline soit lisse. 5 Répétez l'opération avec le reste de beurre de carotte et de curcuma. 6 Rectifiez l'assaisonnement en sel, puis maintenez au chaud dans un bain-marie.

Dressage

1 Coupez les deux extrémités de la ballottine, puis détaillez-la en 4 morceaux égaux tout en gardant le film alimentaire. 2 Dans une sauteuse, versez le jus d'agneau et déposez les tournedos en les arrosant le plus souvent possible pour remonter à bonne température l'agneau et le confire, puis retirez délicatement à l'aide d'une paire de ciseaux ou d'un petit couteau tranchant le film alimentaire entourant le tournedos. 3 Sur une assiette, déposez deux belles quenelles de mousseline de carotte au curcuma et tirez-la avec une grande cuillère une fois à droite et une fois à gauche pour la seconde quenelle. 4 Déposez le tournedos au centre de l'assiette et versez le jus d'agneau réduit.

La Villa Spicy - 8, avenue Franklin-D.-Roosevelt, 75008 Paris.
Tél. : 01 56 59 62 59