

## Brochettes d'Agneau Gallois IGP aux légumes d'été



Plat **Facile**

**Pour** : 4 personnes

**Préparation** : 20 mn

**Repos** : 1 h

**Cuisson** : 15 mn

*Comment faire manger facilement à vos enfants de la viande et des légumes ? Avec ces brochettes ! Ils vont en raffoler... et peut-être même en redemander !*

### Ingrédients

- 450 g d'agneau gallois i.g.p maigre
- 6 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 3 cuillères à soupe de jus de citron
- 1 gousse d'ail
- 1 pincée de poivre noir moulu
- 2 cuillères à soupe d'herbes fraîches hachées - basilic...
- 2 courgettes - fines
- 1 aubergine - fine et longue
- 16 tomates cerises
- 1 poivron - rouge
- 1 poivron - jaune

### Préparation

- 1 Couper la viande (de préférence, des tranches de gigot sans os) en cubes de 3 cm. Peler et piler la gousse d'ail. Hacher les herbes.
- 2 Mélanger dans un récipient l'huile, l'ail, le jus de citron, les herbes et le poivre noir. Ajouter les cubes de viande, remuer, couvrir et réserver au réfrigérateur une heure.
- 3 Retirer ensuite la viande de la marinade et la mettre dans un plat.
- 4 Couper les courgettes et l'aubergine en tranches fines, dans leur longueur, sur une épaisseur de 5 mm environ. On doit pouvoir enrouler un cube de viande dans ces tranches, il faut donc les ajuster à la taille des cubes.
- 5 Laver les tomates cerises et couper les poivrons en dés de 3 cm.
- 6 Envelopper une partie des cubes d'agneau avec les tranches de courgette et l'autre partie avec les tranches d'aubergine. Puis, les piquer sur les brochettes avec les tomates et les poivrons.
- 7 Préchauffer le grill, placer les brochettes sur la grille et les enduire de marinade. Notez que la cuisson peut aussi être réalisée au barbecue.
- 8 Les faire cuire pendant 10 minutes environ, en les retournant de temps en temps, afin de garantir une cuisson homogène.

Proposé par

**L'agneau Gallois IGP**

Unique et inimitable, l'Agneau Gallois bénéficie d'un label, de techniques traditionnelles d'élevage et d'un environnement superbe.

[Découvrez l'Agneau Gallois IGP](#)

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

