

Brochettes d'Agneau Gallois IGP, sauce barbecue chinoise



Plat **Facile**

Pour : 2 personnes

Préparation : 15 mn

Repos : 30 mn

Cuisson : 15 mn

Hommage à la cuisine chinoise avec ces brochettes d'agneau explorant un large registre de saveurs...

Ingrédients

- 225 g de steak de gigot d'agneau gallois i.g.p
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 0,5 citron vert - jus et zestes
- 2 pincées d'5 épices chinoises
- 1 gousse d'ail
- 1 cuillère à soupe de sauce soja
- 150 ml de jus de mangue et d'orange
- 2 étoiles anisées

Préparation

- 1 Couper le steak d'agneau en cubes. Piler la gousse d'ail.
- 2 Mélanger les cubes de viande dans un bol avec l'huile d'olive, le jus et les zestes de citron vert et 1 pincée de 5 épices chinoises. Bien remuer, couvrir et réserver au réfrigérateur 30 minutes.
- 3 Piquer les cubes d'agneau sur des brochettes et les faire cuire sur le barbecue ou sur le grill pendant 12 à 15 minutes, en les retournant de temps en temps.
- 4 Préparer la sauce barbecue chinoise en mélangeant dans une petite casserole la gousse d'ail, la sauce soja, le jus de mangue et d'orange, 1 pincée de 5 épices chinoises et 2 étoiles anisées. Faire bouillir.
- 5 Napper les brochettes de cette sauce et les servir avec du riz à la noix de coco et des légumes.

Proposé par

L'agneau Gallois IGP

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

