

Epaule d'Agneau Gallois IGP braisé à l'allemande



Plat **Facile**

Pour : 8 personnes

Préparation : 20 mn

Cuisson : 2 h

Servie en tranches épaisses, accompagnée de bons légumes et de pain croustillant, cette viande va combler tous vos sens !

Ingrédients

- 1 kg d'épaule d'agneau gallois i.g.p - sans os
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- sel et poivre
- 1 cuillère à café de cumin - en graines concassées
- 1 cuillère à café de paprika fort
- 400 g de chou - rouge et blanc, râpé
- 400 g d'haricots rouges
- 300 ml de bière blonde allemande
- 300 ml de bouillon d'agneau

Préparation

- 1 Couper l'oignon en 4 et l'ail en lamelles.
- 2 Préchauffer le four à 160°C (th.5-6).
- 3 Faire chauffer de l'huile dans une grande casserole ou dans une cocotte allant au four. Y mettre les oignons et l'ail et les faire revenir 1 à 2 minutes.
- 4 Ajouter l'agneau, le laisser dorer, saler, poivrer et incorporer les graines de cumin et le paprika. Bien mélanger afin d'enrober tous les ingrédients.
- 5 Ajouter ensuite le chou, les haricots, la bière et le bouillon. Bien remuer, porter à ébullition et enfourner.
- 6 Faire cuire 1 à 2 heures, jusqu'à ce que la viande soit tendre.

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

