

Gigot d'agneau

Bien ailler le gigot. Huile olive et arachide
Dans le plat de cuisson, mettre 3 à 4
gousses d'ail en chemise, une grosse
tomate coupée en 4, un gros oignon
en 4, 2 feuilles de laurier et une
branche de romarin.

Four doux n° 5 pendant 1h à 1h $\frac{1}{4}$
En fin de cuisson, entourez le gigot
d'un papier d'aluminium et le laissez
reposer dans le four fermé mais
éteint. Le sang, compressé par la
cuisson au centre du gigot, se répar-
-tira uniformément dans toute la
viande, l'attendrissant et unifiant
la cuisson. Pendant ce temps, dégrain-
-sez bien le plat de cuisson, faites
chauffer les quelques légumes et
"sucs" à feu vif. Ajoutez un bon quart
de litre d'eau froide, amenez à
l'ébullition en grattant bien le plat
pour obtenir un mélange homogène

Laissez réduire 5 à 6 minutes, rec-
-tifiez l'assaisonnement, passez
dans un chinois. Le jus est parfait,
léger, digeste et aromatique.