

POUR 2 PERSONNES

AGNEAU AU POIVRE ET SALADE AU CRESSON



Temps estimé : 30 min (15 min prépa/15 min cuisson)

INGRÉDIENTS :

- 1 cuil. à soupe de grains de poivre mélangés
- 1 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 300 g de filet d'agneau
- 80 g de petits pois frais ou surgelés
- 125 g de tomates poires jaunes coupées en deux
- 50 g de cresson nettoyé
- 100 g de feta coupée en fines languettes
- 5 g de menthe fraîche, hachée grossièrement

Sauce au vinaigre de vin blanc:

- 30 ml de vinaigre de vin blanc
- 1 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail écrasée

PRÉPARATION :

A l'aide d'un mortier et d'un pilon, écrasez grossièrement les grains de poivre. Dans un récipient, mélangez le poivre concassé, l'huile d'olive et l'agneau. Faites cuire l'agneau dans une grande poêle huilée bien chaude. Quand la viande est cuite à votre goût, couvrez la poêle et laissez reposer 5 minutes. Coupez l'agneau en tranches fines.

Pendant ce temps, préparez la sauce au vinaigre de vin blanc : Versez les ingrédients dans un bol et mélanger énergiquement avec un petit fouet.

Faites cuire les petits pois à l'eau bouillante, à la vapeur ou au micro-ondes. Égouttez-les, rincez-les sous l'eau froide puis égouttez-les de nouveau.

Dans un grand saladier, mélangez ensemble les tranches d'agneau, les petits pois, la sauce au vinaigre et les ingrédients restants.

BON APPETIT LES CHATS !