

Gigot d'agneau printanié



Ingrédients (pour une personne) :

100 g de gigot maigre d'agneau
100 g de tomate
1 gousse d'ail
1 brin de romarin
1 branche de thym
Poivre du moulin
1/2 citron non-traité
1/2 CàC de concentré de tomates
1/2 cube de bouillon de légumes dégraissé

Marche à suivre :

Préchauffer le four à 210°C (th. 7).

Laver et brosser le citron. Prélever le zeste, réservez.

Inciser le gigot et planter l'ail en morceaux dans les fentes. Saupoudrer de thym, de romarin émietté et le zeste de citron, puis enfourner.

Laisser cuire 5 minutes environ.

Préparer un bouillon avec le cube de bouillon et 200mL d'eau, puis ajouter le concentré de tomates.

Mouiller le gigot avec ce bouillon, ajouter la tomate coupée en deux, poivrer et poursuivre la cuisson 5 minutes.

Servir bien chaud.