

Côtelettes d'agneau au miel et romarin

Plat chaud



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :5 min

Temps de cuisson/repos :20 min

Calories par portion : 490.5 Kcal

Charge glycémique par portion: 3.87

Les ingrédients

- 8.0 u Côtes d'Agneau
- 2.0 cs Miel
- 30.0 gr Beurre
- 2.0 cs Romarin
- 1.0 p Sel
- 1.0 p Poivre

Cuisson de côtes d'agneau

Faites griller les côtes d'agneau à sec dans une poêle,ou sur le gril d'un barbecue. Salez et poivrez.

Réalisation de la sauce

Effeuillez le romarin dans une assiette.

Dans une casserole, faites fondre à feu doux le beurre avec le miel et le vinaigre. Ajoutez le romarin.

Présentation

Servez les côtes d'agneau nappées avec cette sauce. Vous pouvez accompagner d'aubergines ou de ratatouille.