Gigot à l'ail

Plat chaud

Note : 1

Portions :6 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :15 min

Temps de cuisson/repos :45 min

Calories par portion : 632.667 Kcal

Charge glycémique par portion: 0

Les ingrédients

- 1.0 p Sel
- 1.0 p Poivre
- 2.0 cs Huile d'Olive
- 5.0 u gousse ail
- 1.5 kg Gigot d'agneau
- 50.0 gr Beurre

Préchauffez le four à 200 °C.

Préparation de l'ail
Pelez et émincez les gousses d'ail. Coupez en 4 morceaux 3 gousses, et écrasez les 2 autres. Mélangez les gousses écrasées avec le beurre, pour faire un beurre d'ail.

Préparation du gigot
Piquez le gigot avec la pointe d'un couteau à différents endroits.
Enfoncez dans chaque entaille les morceaux d'ail. Et étalez sur la surface du gigot le beurre d'ail.
A l'aide d'un pinceau, badigeonnez le gigot d'huile d'olive.
Mettez au four à 200°C pendant 45 minutes (1/4 d'heure par 500gr) , arrosez le souvent avec le jus de cuisson.
Vérifiez la cuisson en enfonçant un couteau jusqu'à l'os, le jus qui s'écoule doit être rosé.
Éteignez le four, entourez le gigot dans du papier d'aluminium, laissez-le reposer une dizaine de minutes dans le four, porte fermée.
Rajoutez le sel et le poivre.

Présentation
Découpez-le gigot et récupérez le jus restant.
Servez le gigot découpé avec la sauce à part.
Accompagnez de flageolets agrémentés d'une pointe d'ail.