



2 personnes



15 minutes



10 minutes

Foie d'agneau à l'ail et au persil

- 2 fines tranches de foie d'agneau
- moutarde
- farine
- sel et poivre
- beurre pour cuisson
- 1 gousse d'ail
- 1 CS de persil finement haché
- 1 petit verre d'eau

1- Badigeonnez les tranches de foie avec de la moutarde. Passez-les légèrement dans la farine et secouez-les pour retirer l'excédent. Faites fondre du beurre et faites-les cuire 1 à 2 min de chaque côté. Salez et poivrez.

2- Ajoutez l'ail haché finement. Retournez de nouveau la viande pour qu'elle soit bien cuite. Déposez dans une assiette.

3- Laissez la poêle sur le feu et déglacez en ajoutant le verre d'eau. Faites épaissir 30 secondes et versez le jus sur le foie. Saupoudrez de persil et servez bien chaud avec de la purée et des haricots verts ou des asperges vertes.