

## JARRET D'AGNEAU AVEC SALADE TIÈDE DE QUINOA selon Bob le Chef

### INGRÉDIENTS

- 45 ml (3 c. à soupe) d'huile végétale
- 45 ml (3 c. à soupe) de beurre
- 4 jarrets d'agneau
- Une bière rousse (341 ml)
- 1 gousse d'ail
- 1 carotte coupée en 2
- ½ oignon
- 1 feuille de laurier
- 1 gousse d'ail hachée
- 250 ml (1 tasse) de quinoa
- 625 ml (1 ½ tasse) d'eau
- Une douzaine de feuilles de kale coupées en petits morceaux
- 125 ml (½ tasse) d'abricots séchés
- 125 ml (½ tasse) de canneberges ou autres fruits séchés
- 125 ml (½ tasse) d'amandes entières
- 80 ml (1/3 de tasse) de persil haché
- 45 ml (3 c. à soupe) d'huile d'olive
- Sel, poivre au goût

### MARCHE À SUIVRE

1. Dans un poêlon à feu mi-fort avec l'huile et le beurre chauffés, saisir les jarret de chaque côté
2. Déposer dans un plat allant au four, ajouter la bière, la gousse d'ail, la carotte, l'oignon et le laurier
3. Couvrir avec un papier d'aluminium
4. Cuire au four préchauffé à 350°F pendant environ 2 h
5. Réserver
6. Dans une casserole à feu moyen avec de l'huile, colorer la gousse d'ail (environ une minute)
7. Ajouter le quinoa et poursuivre la cuisson en remuant encore une minute
8. Mouiller avec la moitié de l'eau et mélanger le quinoa jusqu'à ce qu'il ait tout absorbé
9. Mouiller avec le reste du liquide, ajouter le kale et poursuivre la cuisson en mélangeant
10. Une fois cuit, retirer du feu et verser le quinoa dans un bol
11. Ajouter les fruits séchés, les amandes, le persil, le sel et le poivre
12. Servir dans des bols individuels avec le jarret et un peu de jus de cuisson



TEMPS DE PRÉPARATION: 20 minutes



TEMPS DE CUISSON: 2h30



NOMBRE DE PORTIONS: 4



OÙ TROUVER VOS INGRÉDIENTS:

Boucherie La Supérieure,  
Le Parti Bière, Fruiterie 440,  
Fromagerie Cavallaro



### Vous avez aimé la recette?

Partagez la photo de votre création avec nous sur Instagram ou Facebook.

