

## *Carrié d'Agneau Basse Température et Petits Légumes*

**Nombre de personnes: 4**

**Temps de préparation: 2 heures**

### Ingrédients:

- CÔTES D'AGNEAU	8 en carré
- CAROTTE(S)	10 petites
- COURGETTE(S)	1-2
- JEUNES OIGNONS VERTS	8
- FOND DE VEAU	1 c à café
- EAU	200 ml
- AIL EN POUDRE	
- PERSIL	
- THYM	
- SEL	
- POIVRE	



### Recette:

- Détaillez votre carré d'agneau en côtes. Saisissez-les dans du beurre chaud. Salez, poivrez et ajoutez un peu d'ail. Réservez dans un plat allant au four huilé et possédant un couvercle. Saupoudrez de thym.
- Préchauffez le four à 100°C.
- Enfournez le plat avec les côtes dans le four avec le couvercle pour 15 minutes.
- Pelez et coupez les courgettes en long bâtons. Faites-les cuire au micro-onde sous un film alimentaire pendant 4 minutes.
- Taillez les courgettes en rondelles d'½ cl d'épaisseur.
- Nettoyez les jeunes oignons.
- Faites revenir dans la même poêle les courgettes dans un peu de beurre chaud. Salez, poivrez et ajoutez un peu d'ail. Ajoutez les carottes précuites et les jeunes oignons.
- Saupoudrez de fond de veau puis arrosez d'eau. Ajoutez encore le persil.
- Sortez le plat du four et ajoutez les légumes avec le jus.
- Couvrez et replacez au four pour 1 heure.
- Après ce temps, servez les côtes avec les légumes et de la sauce.