



Côte d'agneau à la cubaine

Pour 4 personnes :

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 25 minutes

Ingrédients :

8 côtes d'agneau

2 poivrons verts

1 poivron jaune

1 oignon rouge

4 gousses d'ail

1 verre de vin blanc sec

1 petit bouquet de persil plat

2 c. à soupe d'huile

1 c. à soupe de paprika

1 c. à soupe de cumin en poudre

1 c. à soupe de vinaigre

1 pointe de piment en poudre

Sel et poivre

Valeur énergétique : 364 kcal/personne, 1 520 kJ/personne

Mixez l'ail et le persil avec le piment, le paprika, le cumin, le vinaigre et 1 c. à soupe d'huile jusqu'à obtenir une pâte épaisse et collante. Badigeonnez les côtes avec cette pâte, salez, poivrez et laissez mariner 3 h au réfrigérateur. Faites revenir l'oignon coupé en rondelles dans l'huile restante, ajoutez les poivrons coupés en lanières et laissez colorer 2 min. à feu vif. Ajoutez le vin blanc et laissez mijoter 20 min. Préchauffez le four à température maximale. Faites griller les côtes au four, 3 min. de chaque côté. Servez les côtes d'agneau accompagnées de la fondue de poivrons.

Source CIV (Centre d'Information des Viandes)

