

### Carré d'agneau du Connemara aux légumes d'hiver



**Ingrédients** : carré d'agneau, bottes de persil, cerfeuil, thym, carottes violettes, panais, crosnes, navets boule d'or, oignon, 3 cuillers à soupe de moutarde, noisettes grossièrement moulues, 2 cuillers à soupe d'huile d'olive.

Eplucher les légumes. Les couper en biais à la mandoline.

Les faire blanchir séparément et réserver.

Mixer les herbes, l'huile d'olive, les noisettes, la moutarde.

Saisir le carré d'agneau dans une poêle très chaude.

Badigeonner le carré d'agneau d'une croûte d'herbes.

[www.cuisineplurielle.com](http://www.cuisineplurielle.com)  
[cuisineplurielle@hotmail.fr](mailto:cuisineplurielle@hotmail.fr)  
[Conseillère Demarle/Flexipan](#)