

Agneau entreasado



Provincia

Palencia

Ingrédients

(pour 4 personnes)

- 1 kg d'agneau (épaule).
- 1 oignon, haché.
- 2 gousses d'ail, hachées.
- 1 tomate fraîche, hachée.
- 1/4 de verre de vin blanc.
- 1 cuillère de persil, haché.
- 1/2 verre d'huile d'olive.
- 1 verre de bouillon de légumes.
- Sel et poivre.

Préparation

Saisonnez l'agneau, faites chauffer une partie de l'huile et faites frire l'agneau sur les deux côtés jusqu'à ce qu'il soit doré. Plus ou moins dix minutes de chaque côté à petit feu.

Dans une autre casserole, faites chauffer l'huile restante et faites frire l'oignon et la tomate quelques minutes. Une fois que vous l'avez fait revenir, ajoutez une sauce à l'ail, persil, vin blanc et un peu de bouillon de légumes (ou à défaut, de l'eau). Ajoutez tout cela à l'agneau et laissez bouillir à petit feu quelques minutes.