

Navarin d'agneau de l'Aveyron aux petits légumes de printemps

Pour cette recette, rendez-vous [au rayon Boucherie de votre magasin La Marnière](#), et choisissez de l'épaule d'agneau de l'Aveyron ou du collier, à votre choix. L'agneau d'Aveyron est une viande garantie par un label IGP (Indication Géographique Protégée), qui permet de vous proposer le top de l'agneau « élevé sous la mère ». C'est une viande tendre, fine, aux saveurs inimitables. Chez [le Primeur](#) vous trouverez tous les légumes de ce plat de saison pour les jours où il fait moins beau et moins chaud.

Pour 4 personnes :

Préparation : environ 35/40 minutes à cause des haricots verts

Cuisson : 1h15 – haricots verts : 20 minutes

Ingrédients :

- 800 d'épaule ou de collier d'agneau
- 200 gr de carottes nouvelles
- 150 gr navets nouveaux
- 100 gr de petits oignons nouveaux
- 250 gr de haricots verts
- Une cuillère à soupe de concentré de tomate
- Une cuillère à soupe de farine
- Un verre de vin blanc
- 60 gr de beurre
- 1 bouquet garni
- Sel poivre

Cuisson des haricots verts :

1. Coupez les queues des haricots.
2. Plongez les dans une casserole d'eau bouillante salée et laissez cuire pendant environ 15 min après reprise de l'ébullition.
3. Egouttez et réservez.

Préparation du navarin:

1. Coupez la viande en morceaux.
2. Dans une cocotte faites dorer la viande dans 30 gr de beurre.
3. Ajoutez la farine et remuez.
4. Ajoutez le vin blanc, puis le concentré de tomate et mouillez la viande avec de l'eau, ou mieux du bouillon de légume préalablement préparé. Plongez le bouquet garni, couvrez et laissez mijoter à feu doux pendant environ 45 minutes. La viande doit rester légèrement rosée et tendre.
5. Epluchez tous les légumes et coupez-les en gros morceaux.
6. Faites revenir les légumes dans le reste du beurre et réservez.
7. Après 45 minutes, ajoutez les légumes dorés à la viande et mélangez. Faites encore cuire à couvert 25 minutes à feu doux.
8. Au bout de 15/20 minutes, ajoutez les haricots verts.

9. Rectifiez l'assaisonnement en fin de cuisson.

Petits conseils de service :

Servez dans des assiettes creuses chauffées avant le service et choisissez un vin rouge léger pour accompagner.

Notes d'accompagnement :

Vous pouvez remplacer les haricots verts par des pois gourmands et/ou des petits pois. C'est à votre convenance, comme les pommes de terre, qui peuvent aussi se joindre à la fête. Vous pouvez également ajouter un peu de fond de veau après avoir mouillé avec le vin blanc.

[La Marnière](#)

31, rue de Chevreuse
78310 Maurepas
Tél : +33 1 30 69 88 88

[La Marnière](#)

Lieu-dit des Croix
78940 la Queue-lez-Yvelines
Tél : +33 1 34 86 27 70

[La Marnière](#)

8, rue Paul Langevin
78370 Plaisir
Tel : +33 1 30 57 63 90