



## Épaule de chevreau braisée

### Ingrédients pour huit

- 1 épaule de chevreau 1 kg environ (avec ou sans jarret), cette pièce de viande coupée en deux
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- 4 échalotes sèches, pelées et entières
- 6 gousses d'ail, pelées et entières
- 1 carotte, pelée et entière
- 1 c. à thé comble d'un mélange d'épices moulues (coriandre, fenouil, cumin)
- 3 c. à soupe de vinaigre balsamique blanc
- 3 c. à soupe de Pineau des Charentes
- 1 tasse (250 ml) de fond de veau
- 1 bâton de cannelle
- Sel et poivre au goût
- 1 c. à thé de fécule de maïs

### Préparation

- La cuisson se termine dans un four à 275 °F.
- Chauffer une grande casserole avec couvercle allant au four, y verser l'huile et faire dorer la viande de tous les côtés.
- Ajouter les échalotes et l'ail et cuire 3 min. Incorporer ensuite tous les autres ingrédients et enfourner.
- Couvrir et cuire 4 h en retournant la viande à mi-cuisson.
- Retirer du four et laisser tiédir avant de désosser la viande et de la réfrigérer dans un plat couvert.
- Couler le jus de cuisson dans une passoire, jeter les légumes et conserver la sauce au frigo jusqu'au lendemain.
- Il suffira de réunir la viande et la sauce et de les réchauffer doucement avant de les servir. Au besoin, épaissir avec un peu de fécule de maïs délayée dans l'eau.

Une recette toute simple pour une viande exquise. Nous voulions des jarrets, il n'en restait plus. On nous a vendu cette pièce de viande qui était surgelée. Vous pensez que c'est cher?

Détrompez-vous, pour 20 \$ nous avons obtenu huit savoureuses portions.

Source :

<http://www.pauseamicale.com/t9182-epaule-de-chevreau-braisee>