

Salade d'agneau aux fraises, roquefort et noix

Pour 2 personnes

Préparation : 15 min

Cuisson : 5 min



Ingrédients

- 250 g d'agneau (épaule ou gigot)
- 10 fraises
- 200 g de roquefort
- 100 g de noix (ou noix de pecan)
- Basilic
- Sel, poivre
- Huile de noix
- Vinaigre balsamique
- Salade de votre choix

Marinade :

- 2 c à soupe de sauce soja
- 3 c à soupe d'huile de pépin de raisin
- Persil
- Basilic
- Piment d'espelette

Préparation

- 1- Coupez l'agneau en petits morceaux et placez-les dans une assiette creuse.
- 2- Mélangez tous les ingrédients de la marinade dans un bol et versez sur les morceaux d'agneau. Filmez et placez 30 minutes au frigo.
- 3- Lavez les fraises rapidement sous l'eau froide. Placez-les ensuite sur du sopalin pour bien les égoutter.
- 4- Sortez les morceaux d'agneau du frigo. Faites chauffer une poêle avec une cuillère d'huile de pépin de raisin et la marinade. Faites-y revenir les morceaux d'agneau 5 min en les retournant.
- 5- Préparez la salade. Mélangez le vinaigre balsamique, l'huile de noix, sel, poivre et basilic ciselé. Versez sur la salade.
- 6- Disposez ensuite les fraises essuyées coupées en deux, le roquefort coupé en dés, les noix et enfin les morceaux d'agneau.

Accompagnez ce plat d'un verre de Château La Rame, Sainte Croix du Mont.