FILET D'AGNEAU À L'ASPÉRULE CUISINE SAUVAGE

Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédient	Quantité					
Filet d'agneau	200 gr					
sel	30 gr					
sucre	30 gr					
eau	130 ml					
Aspérule odorante	1 petite poignée (séchée)					
Vin blanc	0 Quantité souhaitée (de bonne qualité)					
poivre	0 Quantité souhaitée					

Préparation

1.	À faire à l'avance : préparation du filet d'agneau. Bouillir l'eau avec le sucre et le sel. Laisser refroidir en
	infusant l'aspérule odorante. Plonger la viande dans la marinade et laisser au frigo durant 4 heures, puis
	rincer la viande. Parsemer de poivre concassé et enrouler le filet dans un linge imbibé de vin blanc
	durant 2 jours. Garder en attente au frais (vous pouvez conserver le filet d'agneau au congélateur).

2.	Le jour même : mettre le filet d'agneau	ı une heure	au	congélateur	afin	de	faciliter	la	découpe	de	fines
	tranches.										

3.	Au moment d	de servir :	déposer e	n rosace	des	tranches	de	filet o	d'agneau	au milie	ı de	l'assiette.
----	-------------	-------------	-----------	----------	-----	----------	----	---------	----------	----------	------	-------------