



Boulettes de Chevreau à la coriandre

- 700 g de viande de chevreau hachée
- 2 bottes de coriandre fraîche
- 2 c. à soupe de raisin secs
- 2 cuillères à soupe de curry
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel et poivre du moulin
- Préchauffer le four à 180° C (Th. 6).
- Mélanger le haché de chevreau avec le curry, les raisins secs et la coriandre hachée, saler, poivrer et façonner des boulettes.
- Disposer les boulettes de chevreau dans un plat, les arroser d'huile d'olive et les cuire 20 minutes au four.
- Servir les boulettes de chevreau à la coriandre accompagnées d'une semoule au beurre et d'une salade de tomates.



Sauté de Chevreau aux noix de cajou et aux 5 parfums

- 2 épaules de chevreau sans os
- 8 gousses d'ail
- 3/4 d'1 gros bouquet de coriandre
- 300 g de noix de cajou salées
- 3 c. à soupe de miel
- 1 c. à soupe bombée de 5 parfums
- 8 c. à soupe de sauce soja
- 4 c. à soupe de sauce tériyaki
- 3 c. à soupe d'huile de tournesol
- Couper la viande en cubes, peler l'ail et le hacher, ciseler les feuilles de coriandre.
- Chauffer une poêle avec l'huile, colorer les cubes de chevreau avec l'ail, 3 à 4 min à feu vif, ajouter les noix de cajou et le miel, laisser caraméliser et verser les sauces soja et tériyaki, mélanger, poursuivre la cuisson 2 à 3 minutes à feu modéré et, hors du feu ajouter les 3/4 de la coriandre.
- Mélanger la sauce soja, l'huile de sésame et le reste de la coriandre.
- Servir le sauté de chevreau accompagné d'un riz blanc et de la sauce à la coriandre.



6



5 min



1 heure

Chevreau aux épices et au lait de coco

- 1/2 chevreau
 - 1 gros bouquet de coriandre
 - 2 c. à café de curcuma
 - 3 c. à soupe de curry
 - 80 cl de lait de coco
 - 2 c. à soupe d'huile d'olive
 - 50 g de beurre
 - Sel et poivre du moulin
- Préchauffer le four à 180° C (Th. 6).
 - Disposer la viande de chevreau dans un grand plat, l'enduire d'huile et de beurre ramolli, le saler, le poivrer et le cuire 1 heure au four, en la retournant une fois et en l'arrosant régulièrement avec le jus de cuisson.
 - A mi-cuisson, la saupoudrer d'épices, verser le lait de coco et poursuivre la cuisson toujours en arrosant régulièrement.
 - En fin de cuisson, la viande, légèrement confite doit se détacher facilement, ajouter la coriandre ciselée.
 - Servir le chevreau accompagné de la sauce au lait de coco et d'un riz blanc.