

## Carrés d'agneau caramélisés au miel, vin rouge et romarin

Dans le cadre d'un concours de recette d'agneau, [Bord Bia](#), en collaboration avec [750g](#) et le [Salon du Blog culinaire](#) a remis au 50 premiers inscrits un [gigot d'agneau désossé](#) et un [carré d'agneau](#) des collines de la région de Connemara en Irlande. Voici ce que Max a préparé... une de nos deux contributions! Un grand merci à toute l'équipe d'organisation de ce 3ième salon.... Une vraie réussite!



### Ingrédients

- 1 carré d'agneau d'environ 8 à 9 côtelettes
- 1 pleine c. soupe de miel (ici toutes fleurs d'Ardèche)
- 200 ml de vin rouge (ici un Faugères)
- 1 branche de [romarin](#)
- Sel et poivre

Coupez le carré d'agneau en côtelettes. Chauffez la poêle. Faites saisir rapidement les côtelettes de chaque côté (soit environ 2 minutes). Retirez la poêle du feu. Repoussez les côtelettes aux extrémités de la poêle. Déposez le miel dans le milieu de la poêle. Déglacer avec le vin. Faites pivoter la poêle sur le feu afin que chaque côtelette s'imprègne du jus de cuisson au miel et au vin. Retournez les côtelettes et procédez de la même façon. Servez sans plus tarder avec un gratin de courge muscade (recette à venir). Mon autre contribution au concours... [Gigot d'agneau... farce asiatique et fenouil](#)



### Mes suggestions

- [Viandes, volailles, gibiers, abats, charcuteries...](#)
- Que faire avec...

