

Médillons d'agneau au beurre d'orange

et riz pilaf aux pistaches

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 25 minutes

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 belles tranches de gigot d'agneau
- 200 g de riz basmati
- 1 oignon jaune
- 1 cuil. à soupe d'huile
- 120 g de beurre
- 1 cuil. à soupe de vinaigre balsamique blanc
- 1 jaune d'œuf
- Le jus d'une moitié d'orange
- Sel, poivre



Préparation

1) Découper les tranches de gigot d'agneau en médaillons et réserver.

2) Peler et émincer l'oignon. Faire chauffer l'huile avec 10 g de beurre dans une sauteuse et faire revenir l'oignon pendant 2 ou 3 minutes. Verser le riz cru non rincé et mélanger jusqu'à ce qu'il soit devenu un peu translucide. Saler et verser de l'eau jusqu'à couvrir le riz. Laisser cuire pendant environ 15 minutes en versant un peu d'eau si tout est absorbé. Ajouter les pistaches en fin de cuisson, mélanger et réserver au chaud.

3) Pendant ce temps, préparer la sauce au bain-marie : battre ensemble le vinaigre, le jus d'orange et le jaune d'œuf. Verser le mélange dans une petite casserole puis la mettre dans une grande casserole d'eau bouillante sur le feu. Ajouter petit à petit 100 g de beurre sans cesser de battre au fouet : la sauce doit épaissir mais ne doit pas bouillir. Saler et couvrir pour garder la sauce chaude.

4) Faire chauffer le reste du beurre dans une poêle et lorsqu'il grésille faire revenir les médaillons d'agneau pendant 30 à 40 secondes de chaque côté. Saler et éventuellement poivrer.

5) Dresser les assiettes en versant un peu de sauce puis en disposant les médaillons d'agneau et une timbale de riz aux pistaches. Servir bien chaud.