

**RECETTE CUISINE des GONES**



**CERVELLE D'AGNEAU À L'AIL ET AU PERSIL**

ingrédient: Pour 1 personne

2 cervelles d'agneau  
2 cuil. à soupe de vinaigre de vin  
1 demi-citron  
1 petite gousse d'ail  
1 salade de mâche  
3 brins de persil  
sel, poivre,  
1 noix de beurre

Recette :

Faire bouillir une casserole d'eau.

Y ajouter le vinaigre et le jus d'un demi-citron

Laver et nettoyer les cervelles, retirer délicatement la graisse qui se trouve au cœur et la fine pellicule du dessus qui a tendance à les faire se rétracter à la cuisson

Laver la salade de mâche et préparer la vinaigrette

Lorsque l'eau bout, y jeter les cervelles et laisser cuire pendant 2 mn maximum.

Retirer à l'aide d'une écumoire et réserver.

Préparer une poêle en y faisant fondre une noix de beurre avec l'ail râpé.

Dès frémissement, y ajouter les cervelles et les faire roussir 2 à 3 mn de chaque côté.

Saler et poivrer,

Assaisonner la salade, la disposer dans l'assiette. Ajouter les cervelles et parsemer de persil.  
Consommer aussitôt.

La cervelle d'agneau est un produit rarement consommé d'une part parce qu'il est très fragile et qu'il ne se conserve pas plus de 24 h au réfrigérateur, mais surtout parce qu'il peut faire appel à de mauvais souvenirs d'enfance où nos parents nous obligeaient à en manger pour ses propriétés bénéfiques...

Son aspect nous déplaisait alors que nous pouvons apprécier aujourd'hui sa texture moelleuse et tendre si douce au palais.

C'est un abat à consommer avec modération car, bien qu'il soit riche en phosphore -

il peut contenir 10 % de lipides -, il contient 2500 mg de cholestérol.

Source: <http://leromanculinaire.blogspot.com>



**Bon Appétit**

Recette 2012