

Gigot d'agneau

Pour le sacrosaint agneau pascal mais pas seulement !

Pour les petites pièces de gigot, je vous conseille de [saisir](#) d'abord le gigot dans un sautoir avec un filet d'huile chaude sur toutes les faces. Déposer ensuite le gigot dans un plat au four sur les parures ou dans le domaine familial avec oignon, ail, échalotes taillés grossièrement.
Temps de préparation : 30 minutes

Progression :

1. Le gigot est prêt. Il s'agit d'une grosse pièce donc je ne rissole pas avant.
2. Dans la pratique traditionnelle familiale il est piqué de part en part d'éclats d'ail Mais ça reste facultatif. Question de goût !
3. Si vous en possédez une, insérer la sonde de cuisson bien au centre du gigot et sur la longueur.
4. Ici le gigot n'a pas été piqué à l'ail mais recouvert d'une marinade épaisse à base de crème et de moutarde aux herbes et d'herbes de Provence.
5. La température interne que je conseille pour obtenir un gigot rosé et cuit est compris entre 55 et 60°C d'après mes observations.
6. Le four est préchauffé à 200°C. Enfourner.
7. Le contrôle à la sonde facilite la surveillance. Le gigot sera cuit comme voulu lorsque la température intérieure sera atteinte. Arroser le gigot en cours de cuisson et le retourner pour une cuisson régulière en tous points. A mi-cuisson protéger avec une feuille d'aluminium et baisser la température à 180°C.
8. En fin de cuisson on augmente la température de manière conséquente pour terminer la coloration et croûter légèrement la surface (réaction de Maillard).
9. Comme pour le chapon rôti, à la fin de la cuisson, la garniture aromatique est bien colorée. C'est normal. Verser de l'eau froide et décoller les sucs à la spatule, laisser cuire encore dans une casserole à feu très doux. Filtrez et servez.

Pour conclure :

Le temps de cuisson est souvent source d'interrogations. L'aspect du rôti cuit sonne souvent le glas de la juste cuisson et le gigot est trop souvent cru à cœur et trop sec en surface. Compter une moyenne de 20 minutes au kilo, temps qui sera soit augmenté, soit réduit selon le poids et la forme.

Le four chaud au départ peut ensuite être baissé pour permettre une cuisson moins agressive. Au toucher, le gigot doit être un peu résistant à la pression du pouce. On peut remarquer un peu d'humidité remonté en surface. Ce sont là deux signes de la juste cuisson. En tout état de cause une cuisson constante à une température supérieure à 200°C est discutable. Je ne vous le conseille pas.

Le placement quelques minutes à haute température, en fin de cuisson, n'est pas suffisamment conséquente pour "recuire" la viande (la protéine, pour être plus juste, car "viande" veut dire "ce qui vit"). Vous obtiendrez un beau croûtage de surface.

Attention avec la cuisson basse température des amalgames et des comparaison techniques avec la cuisson du carré d'agneau me sont souvent rapportées Bien que ces deux morceaux soient de première catégorie, le gigot mérite une cuisson plus longue compte tenu de la texture m[^]me du muscle et sa forme. Un carré est cuit à 45/50°c à coeur et relativement rapidement alors que le gigot est un rôti au sens propre, il se nourrit , s'arrose et ne peut être bien cuit que rosé. Cette cuisson est menée dans une atmosphère chaude et régulière, mais sans excès.