

AROMATIQUE

# FRAÎCHEUR MENTHOLÉE

**RECETTES** Qu'elle soit discrète ou dominante, qu'elle souligne avec subtilité un plat salé ou sucré, la menthe, avec ses coquettes feuilles vertes, répand un avis de vent frais sur la cuisine de printemps.

INÉDIT

## Charlotte d'agneau à la menthe

FACILE 20 MIN 43 MIN CHER 269 CALORIES/PERS.

Pour 6 personnes

- 3 poivrons verts
- 600 g d'agneau haché
- 2 gros oignons pelés et émincés
- 1 œuf
- 1 bouquet de menthe
- sel, poivre
- 1 c.s. d'huile

**Préchauffer** le four, position gril. Y laisser cuire les poivrons, en les retournant régulièrement, jusqu'à ce que la peau soit noire. Les retirer du four et les mettre à refroidir dans un sac en plastique fermé.

Faire revenir dans une poêle l'agneau avec les oignons. Saler, poivrer et laisser cuire 8 minutes en remuant. Verser dans un saladier et laisser refroidir. **Effeuilier** la menthe et la hacher. Peler et retirer les graines des poivrons. Les couper en lamelles de 1 cm.

**Chemiser** un moule à charlotte de papier sulfurisé puis des lamelles de poivrons. Ajouter l'œuf entier et la menthe à l'agneau. Mélanger. Préchauffer le four à 210° (th. 7). Verser la préparation dans le moule. **Tasser** puis mettre au four 20 minutes. Sortir la charlotte du four, laisser refroidir quelques minutes, puis démouler dans un plat. **Retirer** le papier sulfurisé et servir accompagné d'une sauce de crème fraîche à la menthe froide.

### LE VIN QUI LUI VA

Christelle Besse, du Verre-à-Pied à Sion, accorde ce plat avec une cuvée rouge 2002 de Ch. Bonvin et Fils, un assemblage de cabernet, syrah et pinot noir élevé en barrique qui développe d'intenses arômes de fruits noirs tels le sureau, le pruneau et la cerise. Des mélanges d'épices comme le girofle, la muscade et des nuances de poivrons doux grillés rappellent la recette.

- Le Verre-à-Pied, avenue du Grand-Pont, 1950 Sion. Prix: 26 fr. [www.sionpassion.ch](http://www.sionpassion.ch).

