



---

**Agneau mariné  
au pamplemousse rose et au romarin**

*Lamb marinated  
in pink grapefruit and rosemary*

# Agneau mariné au pamplemousse rose et au romarin

## Lamb marinated in pink grapefruit and rosemary

### INGRÉDIENTS

Filet d'agneau	140g
Purée de pamplemousse rose PONTHER	100g + 5g
Branche de romarin	1
Aubergines	2
Curcuma	3g
Citron jaune	1
Gousse d'ail	1
Jus d'agneau	5cl
Thym	
Laurier	
Huile d'olive	
Sel	
Poivre	

### PROGRESSION

Eplucher les aubergines, tailler 8 tranches, les détailler avec un emporte-pièce de 4cm de diamètre. Poêler à l'huile d'olive. Egoutter sur du papier absorbant et réserver.

Détailler ce qu'il reste d'aubergine en brunoise, mettre dans une casserole, mouiller à hauteur et cuire pendant environ 20 minutes. Egoutter, puis mixer. Ajouter le jus de citron, l'ail préalablement haché, le curcuma et le sel. Dessécher puis mettre en poche. Mettre du caviar d'aubergine sur 4 tranches poêlées et recouvrir des tranches restantes, de manière à former des macarons. Saler puis saisir le filet d'agneau à l'huile d'olive, débarrasser. Dégraisser la poêle et la déglacer avec les 100g de purée de pamplemousse rose PONTHER, ajouter la branche de romarin. Laisser réduire d'un tiers puis verser sur le filet d'agneau et enfourner avec le thym et le laurier pendant environ 40 minutes à 65°C. Tailler en 3 médaillons.

Ajouter les 5g de purée de pamplemousse rose PONTHER au jus d'agneau et réduire d'un tiers. Dresser les tranches de filet d'agneau sur l'assiette puis disposer les macarons d'aubergine. Ajouter un trait de sauce, poivrer.

### LE CONSEIL EN PLUS

Mettre le filet d'agneau en poche sous-vide avec la purée de pamplemousse rose PONTHER pour renforcer le goût.

### INGREDIENTS

Lamb fillet	140g
PONTHER pink grapefruit purée	100g + 5g
Sprig rosemary	1
Aubergines	2
Turmeric	3g
Lemon	1
Clove of garlic	1
Lamb jus	5cl
Thyme	
Bay	
Olive oil	
Salt	
Pepper	

### INSTRUCTIONS

Peel the aubergines, cut 8 slices, use a 4cm cutter to make 8 circles. Shallow fry in olive oil. Drain on paper towelling and put to one side. Dice the rest of the aubergines, put in a saucepan, half-fill with water and cook for around 20 minutes. Drain and blend well. Add the lemon juice, chopped garlic, turmeric and salt. Dry out then put in a piping bag. Pipe the aubergine caviar on the 4 fried slices and top with the 4 remaining slices to make aubergine macarons. Season the lamb fillet with salt then seal in a pan with olive oil. Remove from the pan. Pour off any fat then deglaze with 100g of PONTHER pink grapefruit purée. Add the sprig of rosemary. Reduce by a third then pour over the lamb fillet and roast with thyme and bay for 40 minutes at 65°C. Slice into 3 medallions. Add 5g of PONTHER pink grapefruit purée to the lamb jus and reduce by a third. Arrange the lamb slices on the plate then garnish with the aubergine macarons. Add a stroke of sauce, season with pepper.

### EXTRA TIP

Cook the lamb fillet in a water bath with PONTHER pink grapefruit purée to strengthen the flavour.



Pamplemousse Rose  
Pink Grapefruit 100%

Variété Star Ruby  
Origine Afrique du Sud