

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2010)  
**Heft:** 10

**Rubrik:** Signé : Gérard Rabaey

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 20.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Sauté d'agneau aux poivrons doux, pommes de terre croustillantes



P.M. Delessert

## Sauté d'agneau

800 g de mignon d'agneau paré et dénervé en morceaux de 2 cm, 20 g d'olives noires en julienne, 50 g de beurre, 0,5 dl d'huile d'arachide, 1 dl de vin blanc, 3 dl de fond d'agneau\*, paprika, farine, sel, poivre du moulin

## Poivrons doux

1 poivron rouge  
0,5 dl d'huile d'olive  
1 gousse d'ail  
1 brindille de thym  
sel, poivre du moulin

## Oignons rouges

1 oignon rouge  
1 gousse d'ail hachée  
50 g de beurre clarifié  
vinaigre de xérès  
sel, poivre du moulin

## Pommes de terre croustillantes

4 pommes de terre Agria  
100 g de beurre clarifié

## Finitions

20 g de beurre,  
10 g d'échalote ciselée  
1 gousse d'ail haché  
thym effeuillé, sel

## Poivrons doux

Éplucher le poivron et le couper en deux – Enlever les graines et les parties blanches – Découper dans le sens de la longueur en fines lanières – Dans un plat en fonte, cuire dans un four préchauffé à 150°C pendant 30 minutes avec une gousse d'ail coupée en deux et la brindille de thym – Égoutter – Réserver.

## Oignons rouges

Éplucher l'oignon puis émincer dans la longueur – Faire suer au beurre clarifié – Ajouter l'ail haché – Déglaçer au vinaigre de xérès – Sel et poivre du moulin – Laisser compoter quelques minutes à feu doux – Réserver.

## Sauté d'agneau

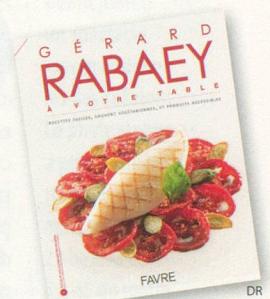
Assaisonner la viande de sel et de paprika – Fariner très légèrement – Dans une poêle chaude assez large, saisir la viande à feu vif à l'huile d'arachide – Incorporer une noix de beurre – Cuire 2 minutes – Retirer la viande – Enlever la graisse de la poêle – Mettre les oignons rouges – Faire revenir et déglaçer au vin blanc – Ajouter le fond d'agneau – Réduire légèrement – Mettre la viande, les poivrons doux et les olives dans la sauce – Mélanger – Vérifier l'assaisonnement – Ne plus faire cuire.

## Pommes de terre croustillantes

Laver et éplucher les pommes de terre – Découper en fines tranches à l'aide d'une mandoline puis en lanières – Laver à grande eau. Sécher sur un papier absorbant – Chauffer le beurre clarifié dans une grande poêle assez large – Ajouter les pommes de terre (elles ne doivent pas se superposer) – Frire en remuant jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes – Égoutter – Remettre dans la poêle avec le beurre cru, l'ail haché et l'échalote ciselée – Saler – Parsemer de thym effeuillé.

## Finitions

Dans chaque assiette chaude, dresser une couronne de pommes de terre croustillantes. Répartir le sauté d'agneau au centre – Servir la sauce en saucière.



Restaurant  
Le Pont de Brent  
1817 Brent  
Tél. 021 964 52 30  
www.  
lePontdebrent.ch