



Les ingrédients

(Pour 4 à 6 personnes)

- 1,2 kg de cabri coupés en morceau
- 1 tranche de panzetta de 100g
- 4 gousses d'ail
- 1 oignons
- 1 cuillerées à soupe de concentré de tomate
- 25 cl de vin blanc ou rouge
- 1 botte de persil
- vert de poireaux
- 1 cuillerées à soupe d'huile d'olive, thym, laurier, sel, poivre

Trucs en +

On peut mélanger morceaux de 1er (épaule) et 2nd catégorie (côtes, poitrine) pour avoir plus de matière mais cette préparation convient particulièrement aux morceaux nécessitant une cuisson plus longue et un mouillement pour exprimer toute leur saveur !

Comment je fais ?

- Couper la panzetta en morceaux réguliers (certains préfèrent éviter la panzetta et même l'oignon qui selon eux masquent la finesse de ce plat, à vous de voir !)
- Effeuille le persil, conserver les queues et hacher les feuilles, les réserver au frais
Éplucher les gousses d'ail, les écraser avec le dos du couteau,
Éplucher et tailler l'oignon à votre convenance mais toujours de façon régulière
- Dans une cocotte, saisir la panzetta à feu vif puis la réserver au frais
Saisir les morceaux de cabri dans de l'huile d'olive à feu vif
Lorsque la viande est bien revenue, la retirer de la cocotte
Faire dorer l'oignon,
Déglacer au vin blanc ou rouge selon votre préférence
Ajouter la viande, le concentré de tomate, l'ail, les herbes aromatiques liées dans un bouquet garni avec le vert de poireau et les queues de persil (certains choisissent l'arba barona au lieu du thym)
- Mouiller à hauteur avec de l'eau
Porter à ébullition puis assaisonner
- Laisser réduire la sauce une vingtaine de minutes,
Couvrir et laisser mijoter pendant 2 heures à feu très doux.
Si la sauce réduit trop, on peut l'allonger d'un peu d'eau chaude en cours de cuisson
- Retirer du feu et laisser reposer jusqu'au lendemain
Donner un coup de chauffe pour pouvoir filtrer plus facilement afin d'éliminer les oignons et le bouquet garni
Ajouter les dès de panzetta saisis la veille
Laisser mijoter pendant une heure à feu doux en surveillant la réduction de la sauce
- Servir très simplement avec une écrasée de pommes de terre relevée d'huile d'olive nustrale et pourquoi pas un peu de sel nepita- casgiu si facile à réaliser soi-même et qui sublime n'importe quelle préparation.
Parsemer de persil haché