

zeste

Le vrai shish kebab

par STEVEN RAICHLEN

Quantité : **4 portions** | (0) [Évaluer cette recette](#)

Durée totale : **4 h 30 min**

Préparation **10 min**

Macération **4 h**

Cuisson **20 min**



Préparation

1. Rincer l'agneau à l'eau froide et bien l'éponger. Couper la viande en cubes de 2,5 cm (1 po). Ne pas enlever trop de gras puisque celui-ci gardera l'agneau tendre malgré la cuisson.
2. Émietter le safran avec les doigts dans un grand bol à l'épreuve de la corrosion. Verser l'eau et laisser reposer 5 min. Ensuite, ajouter le jus et le zeste de citron, le sel, le poivre, les oignons hachés et l'ail. Remuer jusqu'à dissolution du safran. Ajouter l'huile, les feuilles de laurier et les cubes de viande et remuer pour enrober ceux-ci. Couvrir et laisser mariner dans le réfrigérateur de 4 h à toute une nuit. Remuer les cubes toutes les 2 h environ.
3. Préparer les légumes pour les brochettes : couper les oignons en 8 parties, les poivrons en carrés de 2,5 cm (1 po). Couper les tiges des champignons, faire une petite incision à l'aide d'un couteau, afin que ce soit plus facile d'embrocher.
4. Préparer le gril pour une cuisson à chaleur directe et préchauffer à température élevée.
5. Quand le gril est prêt, enfiler les cubes de viande sur une brochette et enfiler les tomates, les oignons et les champignons sur des brochettes séparées. Comme le temps de cuisson n'est pas le même, il est préférable de séparer les légumes : oignons (8 à 10 min de chaque côté), l'agneau (4 à 6 min), les tomates (5 min) et les champignons (2 à 4 min). Saler et poivrer généreusement en cours de cuisson et badigeonner avec le reste de la marinade.

PUBLICITÉ

Ingrédients

1.5 kg (3.3 lb) de gigot ou d'épaule d'agneau désossé

2 gros oignons

12 gros champignons

POUR LA MARINADE

5 ml (1 c. à thé) de filaments de safran

30 ml (2 c. à soupe) d'eau chaude

125 ml (1/2 tasse) de jus de citron

4 zeste de citron

10 ml (2 c. à thé) de gros sel

5 ml (1 c. à thé) de poivre noir

2 oignons moyens coupés en fines tranches

250 ml (1 tasse) d'huile d'olive vierge extra

10 tomates moyennes

Ail haché, au goût

Feuilles de laurier

Nutrition

 Sans sésame  Sans moutarde  Sans gluten

 Sans fruits de mer  Sans lactose  Sans arachides

 Sans noix  Sans oeufs  Sans poisson  Sans soya

 Sans sucre ajouté