



< retour

*Boucherie*

# Noisette(s) d'agneau



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

## CARACTÉRISTIQUES

**Saisonnalité :**



**Type :** Agneau

**Poids moyen :** 50g

La noisette d'agneau, également dénommée "mignonnette", est une côtelette filet qui a été débarrassée de sa vertèbre centrale, et dont on ne conserve que la noix. Entourée de barde, elle prend alors l'aspect d'un petit tourmedos.

Cette viande gagne à être marinée, surtout les parties moins tendres (épaule, poitrine, jarret)

que l'on destine à une cuisson à chaleur sèche.

## VARIÉTÉS

L'agneau et le mouton se distinguent des autres animaux par la nature de leur gras, nommé «gras dur». On l'appelle ainsi parce que ce gras fige rapidement dans l'assiette; ces viandes gagnent donc à être servies sur une assiette très chaude.

**L'agneau de lait (ou agnelet) :**Animal âgé d'environ 2 mois qui a été nourri presque exclusivement au lait maternel. Sa carcasse, vendue avec la peau, la tête et les abats, pèse environ 14 kg. Sa chair est exceptionnellement tendre et délicate.

**L'agneau lourd :**Élevé en bergerie, à l'abri des intempéries. On utilise pour le produire des techniques et des races spécifiques à la production de viande et non de laine. Son alimentation est composée de grains et de fourrage. On le tue le plus souvent entre 3 et 8 mois (toujours avant 12 mois) et sa carcasse pèse plus de 18 kg. Sa chair est tendre et sa saveur, plus accentuée que celle de l'agneau de lait. Il est disponible à l'année.

**L'agneau léger :**Il présente des caractéristiques intermédiaires aux agneaux précédents.

## COMMENT CHOISIR ?

La viande d'agneau doit être d'une couleur rose vif, avec un grain serré et lisse et une graisse ferme et blanche. Le plus réputé est l'agneau de pré-salé du mont Saint-Michel.

## QUE FAIRE AVEC ?

Divers assaisonnements avantagent l'agneau et le mouton dont l'ail, la moutarde, le basilic, la menthe, le romarin, la sauge et le zeste de citron, de lime ou d'orange. La cuisine arabe aime bien incorporer l'agneau ou le mouton dans le couscous.

## COMMENT PRÉPARER ?

L'agneau est surtout consommé rôti ou grillé et il offre un maximum de saveur lorsqu'il est légèrement rosé. Comme le bœuf, il peut être mangé saignant (63°C), à point (68°C) ou bien cuit (autour de 73°C). Comme la viande s'assèche et durcit facilement, la cuire à intensité modérée (140 à 160°C) et éviter la surcuisson.

## COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Bien frais, l'agneau se conserve environ 3 jours au réfrigérateur. Au congélateur, il se conserve de 8 à 10 mois en morceaux ou, s'il est haché, 2 à 3 mois.

# VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

Plus l'animal est âgé, plus sa chair est grasse et calorifique; toutefois, une grande partie du gras est visible et peut s'enlever facilement. Le gigot (cuisse), le carré (côtes) et la longe (dos) sont plus maigres que l'épaule.

calories	protéines	lipide	magnesium	calcium
129 kcal	22,30 g	4,38 g	25,00 mg	16,33 mg
sodium	acides gras saturés	cholestérol	phosphore	civre
88,00 mg	1,88 g	72,22 mg	181,00 mg	0,11 mg
zinc	fer	manganèse	vitamin A	vitamin B1
3,80 mg	1,20 mg	0,02 mg	3,89 µg	0,11 mg
vitamin B2				
0,40 mg				

[Afficher plus](#)

\* Source de données : AFSSA

## HISTOIRE

L'élevage du mouton a commencé il y a 13 000 ans en Iran et a longtemps joué un rôle économique important dans les sociétés pastorales où les familles en tiraient fourrure, laine, cuir, viande et lait (avec lequel elles produisaient fromage, beurre et yogourt). Avec la chèvre, le chevreau et le bœuf, le mouton et l'agneau grillés furent les premiers hommages rendus aux divinités. Aujourd'hui encore, l'agneau apparaît souvent comme symbole dans les religions: l'agneau pascal est immolé chaque année par les juifs pour commémorer la sortie d'Égypte; l'«agneau de Dieu» fait référence à Jésus-Christ dans le christianisme.

## Noisette d'agneau à la crème d'ail [3]

[En savoir plus \[3\]](#)

## Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15759>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15759>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/noisette-dagneau-la-creme-dail>