

Wings d'agneau à la mûre et à l'ail



TEMPS DE PRÉPARATION

4 h

TEMPS DE CUISSON

2 h

TEMPS TOTAL

6 h



TYPE DE PLAT

Plat principal

CUISINE

Américaine



PORTIONS

4

INGRÉDIENTS

- 4 jarrets d'agneau
- 200 gr de mûres
- 3 gousses d'ail
- 1 cup de rub au choix
- 1/2 cup de sirop simple ou de miel ou de sirop d'agave

INSTRUCTIONS

1. Nettoyez les jarrets de toutes les membranes. Huilez légèrement la viande et saupoudrez de rub. Laissez mariner quelques heures au frais.
2. Allumez votre BBQ pour une cuisson indirecte, trappe fermée, thermostat à 225°F (110°C). Lorsque le BBQ est chaud, déposez les jarrets sur la grille et laissez fumer 1h30 environ.
3. Pendant que les jarrets cuisent, vous pouvez préparer le glaçage qui servira aussi de sauce.
4. Hachez finement les gousses d'ail. Dans une petite casserole, versez le sirop, 100 gr de mûres et l'ail haché. Chauffez à feu doux et écrasez autant que possible les mûres avec une fourchette. Dès que le mélange frémit, mixez le tout avec un mixeur plongeur.
5. Ouvrez le BBQ et laquez les jarrets d'agneau avec la sauce à l'aide d'un pinceau.
6. Refermez le BBQ 10 minutes et vous pouvez servir.



MOTS CLÉS

agneau, ail, mûres, wings