

## Inspirations culinaires pour Pâques 2017 : Haricot Tarbais & Agneau, une association qui plaira aux petits et aux grands

Pâques fait partie des fêtes traditionnelles qui rassemblent toute la famille autour d'un bon repas. À la question fatidique du plat qui fédérera petits et grands, plusieurs chefs et blogueurs proposent leur déclinaison autour du Haricot Tarbais et de l'Agneau, des recettes originales et pleines de gourmandises faciles à réaliser :

- œ *Agneau au Marsala et Haricots Tarbais*  
Stéphanie Valade, blog « Cuisine moi un mouton »
- œ *Pain de viande d'agneau, Haricots Tarbais et petits légumes*  
Isabelle BECKERS, blog « Pourquoi pas ??? »
- œ *Boulettes et Haricots Tarbais*  
Dorian NIETO, blog « Mais pourquoi est-ce que je vous raconte ça... »
- œ *Carré d'agneau & ses Haricots Tarbais accompagnés d'une barquette végétale*  
Chef Pierre LAMBINON, restaurant Py-R (Toulouse)
- œ *Haricots Tarbais & Agneau de lait des Pyrénées rôti en croûte de Miso*  
Chefs Hideyuki KOBAYASHI et Hiromi MINE, restaurant L'Arpège (Tarbes)
- œ *Carré filet d'agneau pané au pain d'épices & flan de Haricots Tarbais*  
Chef Xavier SPADILIERO, restaurant le Réverbère (Vic-en-Bigorre)
- œ *Gigot de mouton aux Haricots Tarbais*
- œ *Haricots Tarbais & carré d'agneau des Pyrénées accompagnés d'un velouté de carottes* par Chef MOUSTACHE et André BATLLE (Toulouse)





# Agneau au Marsala et Haricots Tarbais

par Stéphanie VALADE  
du blog « Cuisine moi un mouton »

**Temps de préparation :** 30 minutes

**Temps de cuisson :** 1h30

**Attente :** 12h

## Préparation pour 6 personnes

- 500g d'agneau à mijoter
- 400g de Haricots Tarbais cuits au naturel
- 2 càs de farine
- Huile d'olive
- 25g de beurre
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 80 ml de Marsala
- 125 ml de bouillon de légumes
- 350g de champignons de Paris frais
- 125 ml de crème fleurette
- Thym
- Sel, poivre



## Recette :

Si vous utilisez des Haricots Tarbais secs :

La veille, faire tremper les Haricots Tarbais toute la nuit dans l'eau froide. Le lendemain matin, les égoutter. Dans une casserole, verser de l'eau froide et porter à ébullition.

Laisser cuire environ 1 heure à feu doux et saler à mi-cuisson.

Dans un grand bol, verser la farine, saler, poivrer et ajouter l'agneau préalablement découpé en morceaux. Enrober l'agneau avec la farine. Dans une poêle, faire revenir l'agneau avec un peu d'huile d'olive.

Pendant ce temps émincer l'oignon et les gousses d'ail. Retirer l'agneau de la poêle et y faire revenir l'oignon et l'ail.

Ajouter le marsala et laisser mijoter quelques minutes jusqu'à ce que le liquide réduise environ de moitié. Ajouter de nouveau l'agneau ainsi que le bouillon de légumes.

Couper les champignons de Paris en lamelles et les ajouter à la préparation.

Laisser mijoter à feu doux pendant 20 bonnes minutes (surveiller de temps en temps que la sauce ne réduise pas de trop).

En fin de cuisson (pendant les 8 dernières minutes), ajouter les Haricots Tarbais cuits et la crème, et laisser mijoter de manière à ce que la sauce épaississe le mélange.

Assaisonner et parsemer de thym.



# Pain de viande d'agneau, Haricots Tarbais & petits légumes par Isabelle Beckers du blog « Pourquoi pas ??? »

**Temps de préparation :** 30 minutes

**Temps de cuisson :** 1 h + 45 minutes

**Attente :** 12 h

## Ingrédients pour 4 personnes :

Pour le pain de viande :

- 1kg de viande d'agneau hachée, si possible de l'épaule, le gras apporte du moelleux (ou 750gr d'agneau + 250gr de porc hachés)
- 250gr de lard fumé tranché très fin
- 1 échalote finement hachée
- 1 œuf
- 1 càs de moutarde à l'ancienne
- Sel, 2 belles pincées de poivre noir fraîchement moulu
- 2 branches de thym frais effeuillées, 1 petite poignée de persil plat haché
- 2 gousses d'ail hachées, 1 pincée de graines de cumin
- 3 càs de gelée de coing pour la finition

Pour la garniture printanière :

- 200gr de Haricots Tarbais
- 1 botte de carottes nouvelles
- 200gr de pois mange tout
- 1 botte d'oignons nouveaux



## Préparation :

Pour le pain de viande :

Préchauffer le four à 180°.

Mélanger ensemble tous les ingrédients de la farce, sel, poivre, goûter pour rectifier l'assaisonnement.

Répartir les tranches de lard fumé, en diagonale, sur un papier cuisson, il faut qu'elle se chevauche légèrement. Former un gros saucisson avec la farce et le poser au centre, replier les tranches de lard. Rouler le papier en serrant un peu, replier les bords, et déposer dans un moule à cake.

Enfourner pour une heure. C'est cuit lorsque, quand on y plante un couteau, le liquide qui s'écoule est clair, pas saignant. Laisser reposer quelques minutes, passer le four en position grill. Démouler délicatement le pain de viande, le badigeonner au pinceau avec la gelée de coing, remettre dans le four, sous le grill, jusqu'à ce qu'il soit bien doré.

Pour la garniture printanière :

La veille, faire tremper les Haricots Tarbais dans 3 fois leur volume d'eau, ils vont doubler de volume.

Cuire les légumes séparément dans un grand volume d'eau salée. 45 minutes pour les Haricots Tarbais, 12 minutes pour les carottes (en fonction de leur taille), 5 minutes pour les pois mange tout et les oignons nouveaux, ils doivent rester un peu croquants. Refroidir directement dans un bain d'eau glacée et réserver au frais.

Juste avant de servir, réchauffer les légumes rapidement dans une sauteuse avec un peu de beurre salé.

Servir accompagné d'un petit pot de moutarde ou de mayonnaise maison pour les enfants.



## Boulettes & Haricots Tarbais par Dorian Nieto du blog

« Mais pourquoi est-ce que je vous raconte ça... »

**Temps de préparation :** 25 minutes

**Temps de cuisson :** 25 minutes

### Ingrédients pour 4 personnes :

- 760 g de Haricots Tarbais cuits au naturel
- 600g de viande d'agneau hachée
- 2 ou 3 tomates
- 4 ou 5 tiges de persil
- 2 ou 3 tiges d'origan
- 1 bel oignon
- 1 càc de paprika
- 1 douzaine de tomates cerise
- 2 càs de parmesan râpé
- 2 càs de chapelure
- 2 càs d'huile d'olive
- Sel et poivre



### Recette :

Hacher grossièrement les tomates, la moitié du persil, l'origan et l'oignon. Verser le persil, l'origan et l'oignon dans le bol d'un mixeur et mixer jusqu'à obtenir un hachis bien fin. Ajouter les tomates et le paprika et mixer jusqu'à obtenir de nouveau un hachis assez fin.

Mélanger la viande d'agneau hachée avec un quart du hachis aux tomates, bien malaxer le tout à la main jusqu'à obtenir un mélange homogène.

Former des petites boulettes de la taille d'une grosse noix avec ce mélange. Faire chauffer une sauteuse à feu assez vif et y verser 1 càs d'huile d'olive. Quand l'huile est bien chaude y faire rapidement dorer les boulettes. Quand elles sont bien dorées, les réserver dans un plat.

Verser l'huile restante dans la sauteuse, ajouter le hachis aux tomates et faire revenir à feu moyen 4 ou 5 minutes en remuant souvent. Remettre les boulettes dans la sauteuse (si elles ont rendu un peu de jus, l'ajouter). Poursuivre la cuisson une dizaine de minutes à couvert à feu doux en remuant régulièrement. Si la sauce se réduit trop ajouter un demi-verre d'eau en cours de cuisson.

Ajouter les Haricots Tarbais cuits au naturel égouttés et un verre d'eau. Prolonger la cuisson 5 minutes à couvert toujours à feu assez doux, puis 5 minutes à découvert en mélangeant régulièrement. La sauce tomate doit alors couvrir les boulettes et les Haricots Tarbais sans être ni trop sèche ni trop liquide. Si elle est trop sèche, ajouter un peu d'eau en cours de cuisson, si elle est trop liquide prolonger un peu la cuisson à découvert.

Hacher grossièrement le persil restant, le mettre dans un mixeur et le mixer assez fin. Ajouter ensuite le parmesan râpé et la chapelure, et redonner un tour de mixeur pour bien mélanger le tout.



# Carré d'agneau & ses Haricots Tarbais accompagnés d'une barquette végétale par le Chef Pierre Lambinon Py-r Restaurant à Toulouse

**Temps de préparation :** 45 min

**Temps de cuisson :** 2h30 minimum

**Temps de trempage :** 12 h

## Ingrédients pour 6 personnes :

- 1 bocal de Haricots Tarbais cuits au naturel 760 g ou 250 g de Haricots Tarbais secs.

### Pour la cuisson des Haricots Tarbais secs :

- 1L de bouillon de volaille et une garniture : 50 g carotte, 50 g oignon, 50 g poireau, 25 g céleri branche, 1 gousse d'ail et 1 bouquet garni.



- 1 carré filet d'agneau de 1,8 kg
- Barquette végétale (selon les saisons) : chou-fleur, navet, salsifis et marrons
- 1 patate douce
- 100 g de pruneaux
- 15 cl de Porto
- Quelques pousses d'épinard
- 1 pomme Golden
- Huile d'olive, beurre, cardamome, sel et poivre

## Recette :

**Les Haricots Tarbais :** la veille, les faire tremper dans environ deux fois et demi leur volume d'eau froide (12 heures au minimum).

Le lendemain, égoutter et rincer les Haricots Tarbais. Porter le bouillon de volaille à ébullition puis plonger-les-y. Ajouter la garniture aromatique et laisser cuire 1 heure à frémissement. Egoutter, les faire revenir quelques minutes à l'huile d'olive et réserver.

**Le carré d'agneau :** le marquer à la poêle et le cuire 30 minutes environ au four à 210°C.

**La patate douce :** la cuire à la vapeur pendant 35 minutes, puis la monter au beurre au mixeur.

**Le condiment pruneaux :** faire gonfler les pruneaux dans du porto, puis les écraser et les cuire à feu doux pendant 1 heure en y ajoutant de la cardamome.

**La barquette végétale :** faire sauter les légumes choisis quelques minutes dans le jus de cuisson, afin qu'ils restent craquants.

**Le dressage :** déposer la pulpe de patate douce au centre de l'assiette et faire une virgule, ajouter à côté le condiment pruneaux, puis les Haricots Tarbais, la barquette végétale, les pousses d'épinard et quelques bâtonnets de pomme Golden pour le volume. Assaisonner de jus de cuisson.

La recette en images sur [www.youtube.com/user/leharicotarbais](http://www.youtube.com/user/leharicotarbais)



## Haricots Tarbais & Agneau de lait des Pyrénées rôti en croûte de Miso par les Chefs Hideyuki KOBAYASHI et Hiromi MINE Restaurant L'Arpège à Tarbes

**Temps de préparation :** 1 heure

**Temps de cuisson :** 1 heure

### Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 bocal de Haricots Tarbais cuits au naturel 485g
- ou 200g de Haricots Tarbais secs
- 2 filets d'Agneau de lait des Pyrénées
- 100g de crêpine
- 100g de chapelure
- Pour la croûte de Miso : 80g de pâte de Miso rouge,
- 1 cuillère à soupe d'ail haché, une cuillère à soupe de
- gingembre haché, 10g de sucre, 10cl d'huile de sésame,
- une pincée de piment d'Espelette
- 200g d'eau
- 10g de dashi
- 150g de jus d'agneau
- 12 oignons cébette
- Huile d'olive, sel, poivre, persil plat



### Recette :

Ouvrir les filets d'agneau et les farcir avec le persil plat et les Haricots Tarbais.

Saler, poivrer et rouler dans une crêpine.

Préparer la croûte de Miso en mélangeant les ingrédients. Mixer le tout.

Mélanger l'eau et le dashi. Y faire cuire les Haricots Tarbais.

Saisir la viande à la poêle et napper avec la croûte de Miso.

Rouler dans la chapelure et placer au four 5 minutes à 200°C.

Faire colorer les oignons cébette. Saler et poivrer.

Mélanger une cuillère à soupe de pâte de Miso avec les Haricots Tarbais.

Ajouter 2 cuillères à soupe d'huile d'olive aux Haricots Tarbais.

Découper la viande.

Dresser les Haricots Tarbais, les oignons cébette et la viande. Arroser de jus d'agneau.

La recette en image sur [www.youtube.com/user/leharicottarbais](https://www.youtube.com/user/leharicottarbais)



## Carré filet d'agneau pané au pain d'épices & flan de Haricots Tarbais

par le Chef Xavier Spadiliero  
Le Réverbère à Vic-en-Bigorre

**Temps de préparation :** 45 min

**Temps de cuisson :** 3 heures

### Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 bocal de Haricots Tarbais cuits au naturel  
380g ou 200g de Haricots Tarbais secs.  
Pour la cuisson: 1L de bouillon de volaille  
Garniture aromatique: 50g carotte, 50g oignon, 50g poireau, 25g céleri branche, 1 gousse d'ail et 1 bouquet garni.
- 15 cl de crème fraîche liquide
- 2 œufs
- 1 carré filet d'agneau de 1,2 kg
- 300g de pain d'épices
- 4 blancs de poireaux. Pour la cuisson: 50cl de bouillon de volaille, 20g de beurre, épices à pain d'épices.
- Pour la confection du jus: 100g de carotte, 50g d'oignon, 50g de vert de poireaux, 20g de beurre et réglisse en poudre
- Huile de tournesol vierge, sel et poivre



### Préparation

Faire revenir la garniture aromatique dans un peu d'huile. Ajouter les Haricots Tarbais, le bouillon de volaille et le bouquet garni. Cuire à petit feu 1h30 à couvert puis à découvert jusqu'à évaporation au 9/10<sup>ème</sup> du liquide.

Enlever le bouquet garni et mixer la préparation avec la crème, les œufs, le sel et le poivre. Verser dans des ramequins beurrés et cuire au bain-marie 1h à 110°C.

Désosser le carré filet d'agneau, saler, poivrer et inciser le gras. Confectionner un jus avec l'os et la garniture. Passer, réduire, assaisonner et lier au beurre.

Cuire les blancs de poireaux dans le bouillon, le beurre, les épices, le sel et le poivre jusqu'à évaporation complète.

Disposer les blancs de poireaux à l'intérieur des carrés et ficeler la viande. Colorer dans une poêle avec de l'huile, puis mettre au four 12 minutes à 145°C.

Déficeler les carrés après quelques minutes de pause. Les badigeonner de jus et les rouler dans le pain d'épices réduit en chapelure. Remettre au four quelques instants pour rendre la panure croustillante.

Couper les carrés et dresser avec un flan de Haricots Tarbais, un peu de mâche et de julienne de carottes assaisonnées, et poser le jus autour.

La recette en image sur [www.youtube.com/user/leharicottarbais](http://www.youtube.com/user/leharicottarbais)



## Gigot de mouton aux Haricots Tarbais

**Préparation :** 45 min

**Cuisson :** 2 heures

### Ingédients pour 8 à 10 personnes

- 1 gigot de mouton
- 1 kg de Haricots Tarbais frais ou secs
- 300 g de lard
- 200 g de couenne fraîche
- 1 carotte
- 1 oignon piqué de clous de girofle
- Bouquet garni, fleur de thym
- 3 gousses d'ail
- 1 oignon
- 1 botte de persil
- 2 cuillères à soupe de graisse d'oie
- 10 cl de concentré de tomate
- Un peu de chapelure
- Sel, Poivre



### Préparation :

Après avoir fait tremper les Haricots Tarbais la veille dans au moins trois fois leur volume en eau, les blanchir pendant 10 minutes.

Dans un faitout, verser les Haricots Tarbais, le lard, la couenne ficelée en paquet, la carotte, l'oignon piqué de clous de girofle, le bouquet garni et l'ail.

Mouiller d'eau en quantité suffisante de façon à faire baigner les Haricots. Faire cuire à petite ébullition pendant 1 h.

Retirer du faitout la couenne et le lard. Les poêler dans la graisse d'oie avec l'oignon et le persil hachés. Ajouter la purée de tomates et les Haricots. Vérifier l'assaisonnement. Saupoudrer de fleur de thym.

Verser cette préparation dans un plat à gratin frotté à l'ail. Saupoudrer de chapelure. Arroser de graisse d'oie. Faire dorer 1 h au four.

Pendant ce temps, frotter le gigot de mouton avec de l'ail et de la fleur de thym. Le faire rôti au four selon votre goût. Le servir accompagné du gratin de Haricots Tarbais.





## Haricots Tarbais & carré d'agneau des Pyrénées accompagnés d'un velouté de carottes

par Chef Moustache et André Batlle\*

**Temps de préparation :** 30 min

**Temps de cuisson :** 1h30

### Ingrédients pour 6 personnes :

- 2 bocaux de Haricots Tarbais cuits au naturel
- de 750 g ou 700 g de Haricots Tarbais secs
- 1 carré d'agneau des Pyrénées Label Rouge (12 côtes environ)
- 4 carottes jaunes
- 100 g de champignons de Paris
- 50 g d'échalotes
- ½ litre de crème fraîche
- 1 litre de bouillon d'agneau (ou de volaille)
- Sel, poivre, huile d'olive



### Recette :

#### Préparation du Carré d'Agneau des Pyrénées Label Rouge

- Faire préparer le carré d'agneau par votre chevrotier.
- Colorer le carré d'agneau dans une poêle avec un filet d'huile d'olive.
- Le mettre au four 50 minutes à 180°C.

#### Préparation du velouté de carottes jaunes

- Emincer les échalotes et les faire revenir dans l'huile d'olive.
- Couper les carottes jaunes et les champignons en gros cubes, puis les faire revenir avec les échalotes. Réserver une partie pour le dressage.
- Mouiller avec la crème fraîche et laisser cuire 30 minutes.
- Mixer la préparation.

Ajouter 1/3 des Haricots Tarbais au velouté, assaisonner et laisser mijoter une dizaine de minutes.

Dresser le carré d'agneau avec les Haricots Tarbais et les légumes croquants réservés au préalable. Verser le velouté dans une verrine.

**Vin conseillé :** Madiran - Argile Rouge 2004 du Château Bouscassé

#### Recette réalisée par

**Chef André Audouy - Restaurant Chez Moustache à Toulouse  
& André Batlle, chevrotier - Marché Victor Hugo à Toulouse**

La recette en image sur [www.youtube.com/user/leharicottarbais](http://www.youtube.com/user/leharicottarbais)