

COCOTTE D'AGNEAU

		4:1	3:1	2:1	1:1
Énergie	kcal	320	316	322	315
Lipides	g	32,1	30,6	29,2	24,1
Glucides	g	3,4	5,8	10,4	19,9
Protéines	g	4,6	4,4	4,4	4,6

4:1 3:1 2:1 1:1

Carottes	g	10	25	25	50
Tomates entières en conserve	g	10	25	25	25
Pommes de terre	g	0	0	30	75
Crème fromage (philadelphia® original)	g	20	20	15	0
Crème fraîche à 40 % MG type Isigny	g	25	25	25	25
Huile	mL	15	14	14	12
Agneau haché	g	15	12	10	10



Difficulté ★★ | Préparation 5 min. | Cuisson 30 min.



Plats cuisinés

COCOTTE D'AGNEAU

- Dans une cocotte, faire frire l'agneau haché dans l'huile d'olive pendant 5 minutes à feu moyen.
- Ajouter les tomates en conserve, les carottes (+/- pommes de terre) coupées en lamelles, mettre un couvercle et laisser mijoter pendant 30 minutes à feu doux.
- Ajouter la crème fraîche et le philadelphia® et mélanger. Ajuster la consistance en ajoutant de l'eau. Servir.