

## Ragoût de mouton aux chicons

### Ingrédients

Pour 4 personnes

1 kg de ragoût de mouton, coupé en gros dés de 3 cm de côté

beurre à rôtir ou crème à rôtir

½ oignon piqué d'une feuille de laurier et de 2 clous de girofle

1-2 gousses d'ail, coupées en fines lamelles

3 cs de farine

6 dl de bouillon

sel

poivre

1 cs de persil, haché

1 brin de romarin

600 g de petites pommes de terre rondes (fermes à la cuisson), coupées en 4 dans le sens de la longueur

400 g de chicons (endives)

persil pour décorer



### Préparation

1. Tamponner la viande avec du papier ménage. Rissoler par petites quantités dans le beurre ou la crème à rôtir. Ajouter l'oignon garni et l'ail. Saupoudrer de farine, mélanger soigneusement. Mouiller avec le bouillon, saler, poivrer, ajouter le persil et le romarin. Braiser 30 min à couvert à petit feu, remuer de temps en temps.
2. Ajouter les pommes de terre, porter à ébullition. Laisser mijoter 10-20 min à couvert jusqu'à ce que les pommes de terre soient cuites.
3. Couper très légèrement la base des endives de façon à ce que les feuilles ne se détachent pas, couper en deux ou en quatre dans le sens de la longueur. Oter délicatement la partie centrale et disposer dans une poêle. Cuire à couvert à petit feu en veillant à ce que les légumes restent croquants.
4. Ajouter si nécessaire un peu de bouillon, décorer.

### Valeurs nutritionnelles

Une portion contient: 510 kcal; protéines: 55 g; lipides: 17 g; glucides: 33 g.