

# Gigot ou épaule de mouflon au miel et thym



**Temps de préparation** : 10 minutes

**Temps de cuisson** : 45 minutes

**Ingrédients** (pour 6 personnes) :

- Un bon gigot ou épaule de mouflon
- miel
- thym sec
- 2 gousses d'ail frais
- sel, poivre
- beurre

**Préparation de la recette** :

Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6).

Tartiner allègrement le gigot de miel sur toutes ses faces (une couche de 5 mm d'épaisseur). Pas de miel liquide, sinon il coule !

Parsemer tout le gigot de thym sec.

Saler, poivrer.

Ajouter quelques noix de beurre sur et autour du gigot.

Idem avec 2 gousses d'ail coupées en 4.

Enfourner votre charmant gigot pendant 45 min.

L'arroser régulièrement avec son jus (Ajouter un filet d'eau si nécessaire).

Le déguster avec un classique gratin dauphinois et des fagots d'haricots et navets au miel...

Bon appétit.