

## RATES D'AGNEAUX FARCIES

---



### Ingrédients:

- 8 rates d'agneau
- 200 g de crépine d'agneau
- 1 gros oignon haché
- 3 gousses d'ail écrasées
- 1 bouquet de persil et coriandre
- 1 cuillère à café de cumin
- 1 cuillère à café de paprika
- 1 cuillère à café de poivre
- 1 piment fort (facultative)
- 1 cuillère à café rase de sel (selon le goût)

### Préparation:

Couper la crépine en morceaux, ciseler l'herbe, émincer l'oignon. Ajouter les les épices, l'ail, bien mélanger. Avec un couteau, inciser les rates, puis les farcir de la préparation. Souder avec des cure-dents. Les disposer sur une plaque et enfourner à 180°C pour 20 minutes. Servir encore chaud accomp agné d'une salade ou une sauce au choix.....