

Lime Marinated Leg of  
Prime Chevon

Gigot de  
chevreau primeur  
marine à la lime



# Lime Marinated Leg of Prime Chevon

- 1 leg of Prime Chevon, butterflied
- 1 cup olive oil
- 1/2 cup freshly squeezed lime juice
- 1 tbsp black peppercorns, cracked
- 1/4 cup fresh rosemary
- 2 tbsp fresh ginger, chopped
- 4 cloves garlic chopped
- 2 onions sliced
- 4 limes sliced
- salt and pepper to taste

Place all ingredients in a large resealable bag. Marinade in the fridge for 24 hrs. Remove the leg from the bag a few hours before cooking to allow the meat to come to room temperature. Season with salt and pepper. Roll and tie with butchers twine. Roast, covered until desired doneness. Serves 4.



**CANADIAN MEAT GOAT ASSOCIATION**  
CANADIENNE CHEVRE BOUCHERIE

**Nutritional Information per serving:** 290 calories, 17g total fat (6g saturated fat, 0.3g trans fat), 135mg cholesterol, 700mg sodium, 12g carbohydrates, 0g fibre, 0g sugar, 33g protein, 0% DV vit. A, 8% DV vit. C, 4% DV calcium, 25% DV iron.

*The nutritional analysis is based on a mature animal being fed a 16% dairy ration.*

*For optimum tenderness and palatability choose PRIME CHEVON – the meat from a properly finished goat less than 10 months of age.*

[www.canadianmeatgoat.com](http://www.canadianmeatgoat.com)

Box 61, Anaheim, SK S0K 0G0 • Phone/Tél (306) 598-4322

# Gigot de chevreau primeur mariné à la lime

- 1 gigot de chevreau primeur, coupe papillon
- 1 tasse d'huile d'olive
- 1/2 tasse de jus de lime fraîchement pressé
- 1 c. à table de poivre noir concassé
- 1/4 tasse de romarin frais
- 2 c. à table de gingembre frais, râpé
- 4 gousses d'ail hachées
- 2 oignons tranchés
- 4 limes tranchées
- sel et poivre au goût

Mettre tous les ingrédients dans un grand sac à fermeture hermétique. Faire mariner au réfrigérateur pendant 24 heures. Retirer le gigot du sac quelques heures avant la cuisson pour le laisser prendre la température ambiante. Assaisonner de sel et de poivre. Rouler le gigot et l'attacher avec de la ficelle de boucher. Faire rôti, couvert, jusqu'au degré de cuisson désiré. Donne 4 portions.

**Information nutritionnelle par portion:** 290 calories, 17g gras total (6g gras saturé, 0.3g gras trans), 135mg cholestérol, 700mg sodium, 12g hydrates de carbone, 0g fibres, 0g sucres, 33g protéines, 0% AQ vit. A, 8% AQ Vit. C, 4% AQ calcium, 25% AQ fer.

*Cette analyse nutritionnelle est basée sur la viande d'un animal mature nourri avec une ration laitière de 16% de protéines.*

*Pour une tendreté et une saveur optimales, optez pour le chevreau primeur – une viande provenant d'une chèvre de moins de dix mois élevée de façon adéquate.*



Agriculture and  
Agri-Food Canada

Agriculture et  
Agroalimentaire Canada

Agriculture and Agri-Food Canada (AAFC) is pleased to participate in the production of this publication. AAFC is committed to working with our industry partners to increase public awareness of the importance of the agriculture and agri-food industry to Canada. Opinions expressed in this document are those of the Canadian Meat Goat Association and not necessarily AAFC's. / C'est avec plaisir qu'Agriculture et Agroalimentaire Canada (AAC) participe à la production de cette publication. Avec nos partenaires du secteur nous nous engageons à sensibiliser davantage les Canadiens et Canadiennes à l'importance de l'agriculture et l'industrie agroalimentaire au pays. Les opinions exprimées dans cette publication sont celles de l'association canadienne de la chèvre de boucherie et non pas nécessairement celles d'AAC.

Canada