

Deux recettes de lapin qui réchauffent les papilles



EN FILETS OU RABLES, LE LAPIN SE MIJOTE AVEC GOURMANDISE AVEC LES LÉGUMES DE L'AUTOMNE ! PHOTOS LOEUL & PIRIOT – AMÉLIE ROCHE

○

Septembre tire sa révérence et l'automne s'invite à table : courges, champignons... et plats mijotés. L'occasion de renouer avec le lapin, une viande facile à cuisiner qui se prête bien à ces plats gourmands.

1 *Filets de lapin au potimarron et crème de chou-fleur à l'huile de noix*

- 600 g de filets de lapin Loeul & Pirirot
- 1 oignon
- 10 cl de vin blanc
- 30 cl de fond de volaille
- 250 g de potimarron
- 100 g de noix concassées
- 30 cl de crème liquide

- 1 gros chou-fleur
- 2 échalotes
- 5 cl de crème liquide
- 50 g de beurre
- Huile de noix

Préparation

1. Dans une sauteuse, faites fondre une noix de beurre avec un peu d'huile. Colorez les morceaux de lapin, puis réservez-les.
2. Faites suer l'oignon émincé puis réintégrez le sauté de lapin et déglacez avec le vin blanc.
3. Réduisez à sec (il ne doit plus y avoir de liquide dans la casserole). Ajoutez le fond de volaille et laissez mijoter à feu doux pendant 10/15 min. Sautez le potimarron coupé en cubes dans une poêle jusqu'à l'obtention d'une texture fondante ; ajoutez les noix et assaisonnez.
4. Lorsque le lapin est cuit, ajoutez la crème liquide et réduisez jusqu'à ce que la sauce soit nappante. Assaisonnez et intégrez la poêlée de potimarron.
5. Vous pouvez accompagner le sauté de lapin d'une crème de chou-fleur. Pour cela, récupérez quelques sommités et taillez le reste du chou-fleur grossièrement. Blanchissez dans de l'eau bouillante salée le chou-fleur et les échalotes émincées, pendant 12 min. Puis, mixez le tout encore chaud à l'aide d'un mixeur en incorporant la crème et le beurre au fur et à mesure afin d'obtenir une texture lisse ; terminez avec un filet d'huile de noix.

2 *Sauté de râbles de lapin aux pleurotes*

- 2 barquettes de râbles tranchés fins de lapin Loeul & Pirirot
- 250 g de pleurotes frais (ou déshydratés ou stérilisés)
- 300 g de pâtes (type conchiglie)
- 1 oignon
- 70 g lardons allumettes
- 15 cl de crème épaisse
- 3 brins de persil

Préparation

- 1.** Lavez les champignons et séchez-les. Dans une poêle, faites mousser une noix de beurre, faites revenir les champignons pendant 2 min. Retirez la première eau et poursuivez la cuisson pour 3 min.
- 2.** Dans un grand volume d'eau bouillante salée, cuisez les pâtes le temps indiqué sur le paquet.
- 3.** Dans une sauteuse, chauffez un filet d'huile d'olive et laissez fondre l'oignon émincé pendant 3 min. Ajoutez les râbles de lapin et faites-les revenir pendant 10 min. Puis, incorporez les lardons et poursuivez la cuisson pendant 5 min.
- 4.** Ajoutez les pâtes et les champignons puis la crème.
- 5.** Salez, poivrez et parsemez de persil ciselé.