

*La cuisse de Lapin farcie,
Côtes de bettes et pignons de pins*

INGRÉDIENTS (4 PERS) :

- 4 cuisses de lapin
- 200g de foies de lapin
- 2 feuilles de côtes de bettes
- Sel, poivre
- 20g de beurre
- 1 gousse d'ail, 1 branche d'estragon

Côtes de bettes:

- 6 branches de côtes de bettes
- 5 pétales de tomates séchées
- 1 gousse d'ail
- 1 branche de thym
- 1 cuillère à soupe de pignons de pins
- 0,5dl d'huile d'olive
- 10g de beurre
- Sel, poivre

PRÉPARATION :

Cuisse de lapin farcie:

Désosser les cuisses de lapin en grattant autour de l'os principal. Il faut faire attention de garder la cuisse bien entière. (Voire images ci-dessous). Assaisonner les foies de lapin de sel et de poivre. Saisir rapidement dans une poêle bien chaude avec un filet d'huile d'olive. Éponger sur du papier absorbant. Blanchir les feuilles de bettes. Rafraîchir dans de l'eau glacée puis égoutter.

Envelopper les foies dans les feuilles de bettes en réalisant 4 petits paquets, puis les insérer dans chaque cuisse de lapin.

Pour refermer, il y a deux solutions:

La plus sûre est d'utiliser une aiguille à brider et de la ficelle. Si vous n'êtes pas équipés, utilisez simplement des cure-dents!

Assaisonner les cuisses de sel et de poivre. Les rôtir doucement dans une poêle avec un filet d'huile d'olive. Ajouter le beurre, l'ail et l'estragon. Arroser et cuire dans un four préchauffé à 160C° pendant 10 minutes en arrosant fréquemment avec le beurre moussieux. Sortir et laisser reposer.

Côtes de bettes:

Retirer les feuilles et éplucher les côtes de bettes. Tailler en petits losanges les côtes et émincer une partie des feuilles (la moitié environ). Éplucher et hacher la gousse d'ail. Tailler les tomates séchées en petits dés.

Dans une casserole, faire suer les côtes de bette, les tomates et l'ail haché avec un filet d'huile d'olive. Assaisonner, ajouter le thym et un peu d'eau ou de bouillon de volaille. Couvrir et laisser mijoter doucement pendant une dizaine de minutes.

Lorsque les bettes sont cuites ajouter les feuilles émincées et une petite noix de beurre frais. Bien les enrober avec le jus de cuisson réduit. Faire dorer les pignons de pins dans une poêle sans matière grasse et les ajouter à la préparation.

FINITIONS ET DRESSAGE :

Déficeler les cuisses de lapin et les trancher finement. (Attention c'est fragile!) Dresser les côtes de bettes et les cuisses de lapin harmonieusement dans les assiettes. *(On peut réaliser un petit jus en déglacant la poêle de cuisson des lapins ou alors se contenter des bettes et de leurs jus de cuisson!)*