



## ***Atelier culturel et gourmand : LE LAPIN***

### ***Recettes***

#### ***L'épaule, confite en rillettes légères aux noix***

Par personne

- 1 épaule de lapin
- 2 noix
- 2 cl d'huile de noix
- 2 cl de vin blanc

Chauffer une casserole et graisser avec un peu d'huile d'olive.  
Faire colorer l'épaule. Ajouter le vin blanc et faire réduire.  
Laisser cuire à couvert pendant une heure, en mouillant avec de l'eau si besoin.  
Désosser et émietter la viande ; y ajouter les noix grossièrement émiettées.  
Ajouter le bouillon de cuisson filtré, saler et poivrer.  
Monter dans des assiettes en s'aidant de cercles à pâtisserie.

#### ***Le râble en saltimbocca***

Pour 2 personnes

- 1 râble
- 2 tranches de poitrine fumée
- 30 g de Cantal
- 3 feuilles de sauge
- huile d'olive
- beurre
- cure dents

Désosser le râble et le mettre à plat. Saler et poivrer.  
Poser des tranches de fromage et des feuilles de sauge.  
Rouler et entourer d'une tranche de poitrine et faire tenir à l'aide d'un cure-dents.  
Colorer dans une casserole avec un fond d'huile d'olive et ajouter une noix de beurre.  
Finir la cuisson au four : 8 minutes à 200 °C.



### ***La cuisse sautée au caramel de gentiane***

Pour 2 personnes

1 cuisse de lapin  
20 g de sucre  
1 cl de sauce soja  
1 cl de sauce huîtres  
1 cl d'huile d'olive  
2 cl de liqueur de gentiane  
Lentilles germées

Désosser et tailler les morceaux de lapin.

Faire chauffer une casserole, ajouter de l'huile d'olive et dorer la viande.

Ajouter du beurre, assaisonner et laisser finir la coloration.

Ajouter 2 cuillères à café de sucre et faire caraméliser.

Déglacer avec les sauces et la liqueur de gentiane.

Hors du feu, rajouter une noix de beurre cru et décorer avec une poignée de lentilles germées.

Recettes proposées par **Jérôme CAZANAVE**

Restaurant Le Jarrousset

RN 122 - Virargues

15 300 MURAT

[www.restaurant-le-jarrousset.com](http://www.restaurant-le-jarrousset.com)

