

CURRY DE LAPIN AU LAIT DE COCO ET LENTILLES ROSES



Facile

Préparation: quelques minutes

Cuisson: 30 mn

Pour 4 personnes:

4 portions de râbles de lapin

1 petit oignon émincé

Curry de Madras

1/2 verre de vin blanc sec

1/3 de boîte de lait de coco

1 belle tête de brocoli

1 verre de lentilles corail

Une feuille de laurier

Sel et poivre

Un peu d'huile d'olive

Dans l'huile, à feu moyen, faire revenir l'oignon sans coloration. Débarrasser et dans la même poêle, colorer un peu les morceaux de lapin à feu pas trop vif.

Saler, poivrer et saupoudrer de curry. Verser le vin blanc, dès qu'il est évaporé, baisser le feu, couvrir et laisser cuire une quinzaine de minutes.

Lorsque les morceaux de lapin sont cuits, déglacer les sucs avec le lait de coco, ajouter les oignons fondus et faire réduire 2 ou 3 minutes, ajuster l'assaisonnement. Réserver.

Pendant la cuisson du lapin, laver et parer le brocoli, le détailler en bouquets, et le cuire quelques minutes dans l'eau salée en le gardant croquant. Réserver.

Cuire les lentilles comme indiqué sur le paquet en ajoutant une feuille de laurier dans l'eau de cuisson.

Dressage:

A l'aide d'un emporte-pièce, dresser les lentilles en les tassant bien. Déposer un râble par assiette et arroser de sauce curry-coco. Servir les brocolis nature à côté.