

Côtelettes de lapin Rex

du Poitou à l'ail doux, haricots verts de Crissier en vinaigrette aux herbes du jardin

Ingrédients

Lapin

1 gros lapin Rex (ou fermier)
de 3 kg environ, vidé
en réservant le foie, les cuisses et
les épaules, dont on aura levé les
carrés
marjolaine, thym, échalote
ciselée, ail en chemise, romarin,
basilic
5 cl huile olive
100 g beurre
mignonnette poivre 4 baies
1 cc moutarde à gros grains

Garniture

400 g haricots verts fins
de Crissier, cuits à l'anglaise
200 g mesclun, selon la saison
vinaigrette au balsamique

Finitions

jus de lapin (voir bases)
huile de noisette
pommes de terre impression
(chapitre légumes)
cerfeuil
fleur de sel

Lapin

Saler et poivrer le carré, passer à la poêle
au beurre et à l'huile, avec l'ail et les herbes
(au maximum 1-2 minutes de chaque côté).
Attention à la chaleur : le corps gras doit
juste mousser ; prévoir de rajouter
du beurre en cas de surchauffe. Tourner
et ajouter un peu de beurre. À mi-cuisson,
ajouter l'échalote, la mignonnette de poivre
4 baies et la moutarde à gros grains.
Laisser reposer sous alu en arrosant
avec le jus de cuisson et en rectifiant
l'assaisonnement.

Garniture

Passer les haricots au beurre noisette,
saler, poivrer.
Au dernier moment, assaisonner le mesclun
et les haricots avec la vinaigrette.

Montage et finitions

Chauffer le jus de lapin. Découper le carré
en 3 ou 5 morceaux, selon sa taille.
Disposer les haricots au centre de chaque
assiette et le mesclun par-dessus. Répartir
les morceaux de lapin tout autour, arroser
de jus de lapin tranché à l'huile de noisette.
Garnir en piquant, entre deux morceaux
de viande, les fines chips de pomme
impression.

