

# Souper dans le jardin

Mon amie Franca, qui a l'une des plus jolies villas d'Italie, a aussi un clapier étonnant dans lequel il y a toujours une trentaine de beaux lapins.

C'est là que j'ai rencontré le gros Pippo, ce lapin géant qui vivait avec son harem de coquettes lapines, dans un petit jardin plein de trèfle à manger. Il était roux, très indépendant, avec des oreilles longues jusqu'au sol. Il avait évité la casserole pendant quelques années parce qu'il était, vu sa taille, l'attraction du village.

Un soir, nous sommes allés manger chez Franca... Au menu, il y avait du Pippo en brochettes au barbecue! Il avait macéré dans une marinade relevée et ce fut un repas mémorable. Comme quoi on finit toujours par passer à la casserole! Pour mes amis, j'ai reproduit la recette de Franca en ajoutant un peu plus de sauce piquante. Sur le barbecue, c'est merveilleux.

Et pour le dessert, un délice pratique préparé à l'avance, comme je les aime: on plonge sa cuillère dans un tapioca garni de cerises. C'est un dessert que l'on peut faire toute l'année et qui est toujours aussi rafraîchissant.

À vos brochettes, cuisiniers du soleil!

## Recettes de la semaine



**BROCHETTES DE LAPIN AU PESTO PIQUANT**

### BROCHETTES DE LAPIN AU PESTO PIQUANT

Une recette estivale qui marie le cidre et le piment. Le lapin peut être remplacé par du poulet.

**Portions:** 4 personnes  
**Préparation:** 20 minutes  
**Macération:** 4 heures  
**Cuisson:** 20 minutes

#### INGRÉDIENTS

- 3 c. à s. de moutarde au miel
- 60 ml (¼ tasse) d'huile d'olive extra vierge
- 125 ml (½ tasse) de cidre
- 2 piments verts, hachés
- 2 c. à s. de thym haché
- 4 cuisses de lapin, désossées et en cubes
- 4 poivrons, en gros dés
- Sel et poivre

#### Pesto

- 1 gros bouquet de basilic
- 4 c. à s. d'amandes effilées
- 4 c. à s. de parmesan
- 125 ml (½ tasse) d'huile d'olive extra vierge
- 1 piment fort, haché
- 450 g (1 lb) de salsifis en conserve, égouttés

#### MÉTHODE

- 1 Dans un grand bol, mélanger la moutarde, l'huile, le cidre, les piments, le thym et les cubes de lapin. Couvrir et laisser mariner 4 heures au réfrigérateur.
- 2 Préparer le pesto. Dans un robot culinaire, par petits coups, réduire tous les ingrédients en purée lisse. Verser dans des petits bols.
- 3 Sur des brochettes, piquer les cubes de lapin et les dés de poivron, en les alternant. Saler et poivrer.
- 4 Cuire sur le grill du barbecue à 180 °C (350 °F) pendant 20 minutes, en les retournant plusieurs fois. Après la cuisson, transférer les brochettes dans du papier aluminium pendant 5 minutes.
- 5 Répartir les salsifis dans des assiettes. Servir avec les brochettes et le pesto.

Andrea Jourdan

Collaboration spéciale

## Le garde-manger

### L'ABRICOT

Mon premier abricot était rougeâtre à la chair souple et au duvet léger. À la première bouchée, j'ai senti tout le soleil de l'été. C'est une pure merveille quand l'abricot est gorgé de sucre et bien dodu, et que l'on peut le fendre avec une petite pression entre les doigts. Bien sûr, les plus petits abricots noirs qui jurent à chaque bouchée sont particulièrement délicieux.



#### ORIGINE

On croit l'abricot originaire de Chine. Il fut longtemps cultivé en Arménie, d'où il a été amené vers tous les autres pays à température assez chaude pour le cultiver (comme l'Italie, l'Espagne, l'Australie et le sud des États-Unis). Sa culture s'est développée au 18<sup>e</sup> siècle pour en faire des confitures. Aujourd'hui on l'apprécie frais, en conserve, cuit en tartes, en compotes ou séché.

#### CARACTÉRISTIQUES

On dit de l'abricot, qui est plein de vitamines A, B et C, de phosphore, de magnésium et de fer, que c'est une fontaine de Jouvence. Peu calorique et facilement digéré, l'abricot est un des fruits qui contient le plus de carotène. Comme le taux de pectine augmente avec la maturité du fruit, il faut des abricots mûrs pour faire de la confiture. Il existe plusieurs variétés d'abricots: l'orangé traditionnel en plusieurs tailles, mais aussi l'abricot à peau noire qui a un goût plus sucré et une chair plus juteuse.

#### ACHAT

La couleur orangée ou noire n'est pas un signe de maturité. Un abricot cueilli avant maturité restera peu sucré et acide. Il faut choisir des abricots à chair souple et surtout au parfum puissant, sans taches blanches et sans meurtrissures. Ne pas les acheter emballés dans des contenants fermés.

#### CONSERVATION

Très fragile, l'abricot se transforme après quelques jours et il faut manger les abricots mûrs, avant que leur chair ne devienne granuleuse. On doit manipuler l'abricot avec soin, car il s'endommage facilement. Il se conserve 4 à 5 jours au réfrigérateur et 1 jour à la température ambiante. Pour les congeler, placer les moitiés d'abricot sur une plaque au congélateur pendant 3 heures, puis les transférer dans des sacs en plastique.

#### PRÉPARATION

L'abricot est un plaisir simple. Il suffit de le laver, puis d'une légère pression

du doigt au centre, le fruit s'ouvre et libère son noyau.

#### DÉGUSTATION

L'abricot peut être cuit à la vapeur, poché dans un sirop vanillé, poêlé avec un peu de beurre et du sucre, ou cuit au four. Cru, il se mange en salade, en brochettes ou trempé dans du chocolat. En confiture, c'est un des fruits les plus utilisés: seul ou mélangé à des poires, de la rhubarbe, des pêches ou des prunes. On en fait des tartes, des clafoutis, des gâteaux renversés...

L'abricot accompagne bien le porc, le poulet, le canard et les saucisses. On le fait rôtir avec la viande ou dans un peu de beurre avec du thym. Dans une salade de poulet avec de la mayonnaise, l'abricot en quartiers est à essayer.

L'abricot aime le sucre, la vanille, les épices douces comme la cannelle et la muscade, le yogourt, la fleur d'oranger, les herbes, la crème et les amandes.