

LA RECETTE
DU SAMEDI

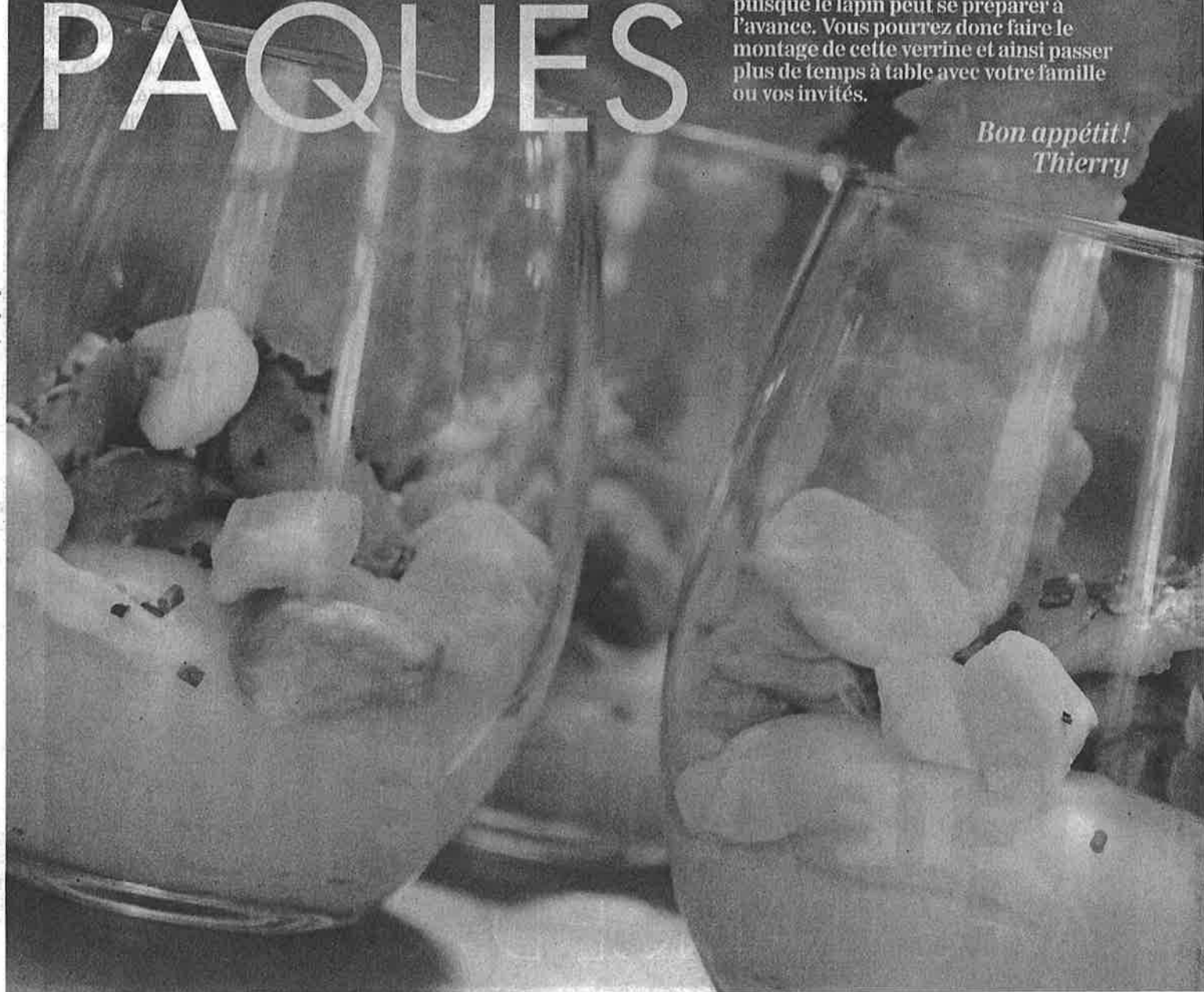
THIERRY DARAIZE
Collaboration spéciale



Cette semaine, je vous prépare une recette chic et savoureuse avec du lapin du Québec. Le lapin est l'une de mes viandes préférées parce qu'elle est très goûteuse, très maigre et aussi santé. Les chefs de restaurant l'ont bien compris et redécouvrent avec bonheur cette viande polyvalente. Je vous propose donc, cette fois-ci, une présentation qui saura séduire vos convives, comme au restaurant. Une recette facile et pratique puisque le lapin peut se préparer à l'avance. Vous pourrez donc faire le montage de cette verrine et ainsi passer plus de temps à table avec votre famille ou vos invités.

Bon appétit!
Thierry

LAPIN DE PÂQUES



VERRINE DE LAPIN DU QUÉBEC



INGRÉDIENTS / QUATRE PORTIONS

- 1 lapin coupé en morceaux. Demandez à votre boucher, il peut même vous le désosser.
- 2 oignons
- 1 gousse d'ail
- 1 petit bouquet garni



SUITE DES INGRÉDIENTS

- ¼ de tasse de demi-glace (fond de veau réduit)
- Sel, poivre
- 3 c. à soupe d'huile végétale. Pour faire colorer les morceaux de lapin.
- 100 g de parmesan râpé ou en flocons
- 125 g de fromage en grains

PRÉPARATION

1. Assaisonner puis faire colorer rapidement les morceaux de lapin dans une cocotte allant au four ou sur une plaque à rôtir.
2. Ajouter les oignons émincés, l'ail, et finir la coloration. Déglacer avec de l'eau ou un bouillon de légumes. Recouvrir les morceaux de lapin presque à hauteur et enfourner le à feu très doux pendant plusieurs heures. Je le cuis au moins 3 h.
3. Lorsque votre lapin sera cuit, enlever et couper des morceaux, puis réserver dans un bol.
4. Si vous avez demandé à votre boucher de désosser le lapin, cette opération sera très rapide.



PRÉPARATION DE LA SAUCE

1. Récupérer le jus de cuisson, le filtrer dans une petite passoire, puis faire réduire de moitié.
2. Ensuite, ajouter la demi-glace et faire réduire de nouveau. Vous obtiendrez une sauce onctueuse et savoureuse au bon goût de lapin et d'oignon. Il est préférable de servir la sauce à part.

SUGGESTION DE PRÉSENTATION

> Je vous présente cette recette dans une verrine, mais vous pourriez aussi faire une présentation individuelle dans une cocotte de service ou dans un bol. Vous déposerez la purée de pommes de terre à l'aide d'une poche à pâtisserie, puis les morceaux de lapin, les grains de fromage en terminant par le croquant au parmesan. La sauce sera servie à part.

PRÉPARATION DES CROQUANTS AU PARMESAN

1. Déposer les flocons de parmesan sur une feuille de cuisson recouverte de silicone et sur une plaque à pâtisserie.
2. Cuire au four quelques minutes en surveillant bien pour que la coloration soit légèrement dorée.
3. Réserver.

désosser les râbles et les cuisses!

Attention, si vous cuisez le lapin trop fort, trop vite, il sera dur et souvent sec. La cuisson du lapin demande une attention particulière, de la douceur et du temps, mais cette attention vous donnera tellement de satisfaction à la dégustation que ça en vaut vraiment la peine.

QU'EST-CE QU'ON BOIT?



Plus de 20 \$:

Domaine André Et Mi-reille Tissot Chardonnay 2011 à 24,95 \$.
J'ai tendance à privilégier le cépage Savagnin pour aller avec le lapin, mais ce chardonnay vous séduira aussi. Plus accessible, moins de sensation oxydatif, voilà pour les curieux, un vin légèrement beurré. Travail en biodynamie.

Moins de 20 \$:

Château Suau 2009 à 17,95 \$.
Pour avoir déjà visité le domaine, je sais que la maison fait bien les choses. AOC «Côtes de Bordeaux». Rouge biologique, savoureux, suave, la texture est souple, avec de belles saveurs de fruits rouges, notamment de cerise bien mûre. C'est assez long en final, un très bon vin rapport qualité-prix.



MON PRODUIT COUP DE CŒUR

La fromagerie St Guillaume fait un remarquable cheddar frais. Son fromage en grains est fait de véritables petites pépites fromagères. Aussi, dans le cas qui nous concerne, avec ma recette, les grains sont assez fermes et ne fondront pas trop vite, c'est bien.



MA BONNE ADRESSE



Spécialiste du lapin, mais pas seulement. Toutes les charcuteries sont faites sur place :

Les Volailles et Gibiers Fernando
106, rue Roy Est
Montréal H2W 1L9

TRUCS ET CONSEILS

Le lapin est souvent vendu entier, mais j'ai remarqué dernièrement qu'il était aussi vendu en morceaux.

Demandez au boucher de le couper en six morceaux, soit deux cuisses, deux pattes avant et deux râbles. Pour tous ceux et celles qui craignent les petits os du lapin, demandez-lui aussi de