



LAPIN A LA TESSINOISE

Pour 4 personnes

- 1,3 kg Lapin frais, (foie à part) ou 4 cuisses, râbles etc.
- 100 gr Lardons fumés
- 30 gr beurre
- 4 dl Vin rouge
- 3 dl Fond
- 50 gr Bolets frais
- 100 gr Carottes et oignons coupés en paysanne
- 1 dl crème
- Sel, poivre, romarin, marjolaine et thym selon goûts
- 250 gr Polenta
- 1 lt Eau
- 3 dl Bouillon bœuf

Recette :

Lapin:

1. Assaisonner la viande
2. Faire suer les lardons dans le beurre
3. Ajouter les morceaux de viande, bien les colorer, les retirer et dégraisser avant de déglacer au vin rouge
4. Ajouter les carottes, les oignons et les herbes, réduire d'un quart et mouiller avec le fond brun
5. Remettre les morceaux de viande et braiser durant 40 minutes
6. Ajouter les champignons et terminer la cuisson.
7. Retirer la viande et laisser réduire la sauce.
8. Ajouter la crème et vérifier l'assaisonnement.
9. Faire sauter le foie et disposer en garniture
10. Servir avec la polenta et quelques branches d'épinards sautés au beurre

Polenta:

11. Porter à ébullition l'eau, le bouillon et le sel.
12. Verser peu à peu le maïs en pluie en remuant constamment jusqu'à fermeté de la polenta

Décembre 2006, Fredy Cosendai – Jean-Claude Degaudenzi – Alain Vogel