

Lapin sauté aux fèves aux girolles et aux petits oignons (recette de Robuchon)

Cette recette demande du temps mais c'est une petite merveille (sur la photo des morilles)



Ingrédients

1 gros lapin ou 2 petits (1,8 kg au total) coupé en morceaux, avec le foie à part

3 c à s de moutarde forte

1 c à s de fleurs de thym frais

Sel de mer fin et poivre blanc du moulin

30g de beurre

2 c à s d'huile d'olive

50cl de bouillon de volaille

200g de petits oignons blancs

1 c à s de sucre en poudre

15g de beurre

Sel fin et poivre blanc du moulin

250g de girolles parées et nettoyées (hors saison utiliser des girolles séchées environ 80g) ou des têtes de champignons de Paris nettoyées et coupées en quatre (je mets parfois les deux) ou je remplace la girolle par 250g de morilles fraîche ou 80g de morilles séchées.

(si vous utilisez des girolles séchées les mettre à tremper dans de l'eau tiède $\frac{3}{4}$ d'heure à 1 heure, puis bien les égoutter, garder le jus de trempage que vous pourrez utiliser le lendemain pour faire cuire des pâtes ou un risotto ou mieux faire un mélange par moitié bouillon de volaille et jus de girolles pour déglacer la cocotte.

1 c à s d'huile d'olive extra-vierge

1 c à s de jus de citron

500g de fèves fraîches en cosses (les écosées) ou 250g de fèves écosées (Ou hors saison ou si vous êtes pressé utilisez les fèves épluchée de chez Picard) et 1 c à s de gros sel rase par litre

15g de beurre

120g de lard de poitrine légèrement fumé, coupé en petits lardons

15g de beurre

1 c à soupe de vinaigre rouge

Sel de mer et poivre du moulin

Plusieurs c à s de persil plat ciselé

1 c à café de sauge ciselée ou de thym frais émietté

Préparation du lapin

Badigeonnez largement de moutarde tous les morceaux de lapin. Poudrez-les de thym, salez, poivrez. Ecrasez les os réservés et hachez les parures. Réservez

Préchauffez le four à 100°

Faites chauffer les 30g de beurre et les 2 c à s d'huile dans une grande cocotte sur feu modéré. Lorsque le mélange est chaud, mais avant qu'il ne fume, ajoutez les os et les morceaux de lapin assaisonnés. Baissez aussitôt le feu, sinon la chair du lapin va se dessécher, couvrez, et faites cuire en remuant la cocotte de temps en temps, jusqu'à ce que la chair du lapin soit tendre, mais encore moelleuse. Ce temps de cuisson est de 15 minutes de chaque côté environ. Mais il peut varier selon la taille des morceaux. Laissez les os dans la cocotte et mettez les morceaux de lapin dans une grande casserole. Salez et poivrez, couvrez et mettez la casserole au four pour tenir le lapin au chaud jusqu'au moment de servir.

Montez à nouveau le feu sous la cocotte et déglacez avec les 50cl de bouillon de volaille, en grattant les sucs de cuisson. Faites réduire le liquide jusqu'à 25 cl, puis passez-le à travers une passoire fine. Jetez les résidus solides. Couvrez et gardez cette sauce au chaud dans le four.

Préparez les oignons : S'ils ne sont pas nouveaux, faites-les d'abord blanchir dans une grande quantité d'eau bouillante salée, pendant 2 minutes environ. Egouttez-les et mettez-les dans une petite casserole avec la c à s de sucre et les 15g de beurre. Faites chauffer sur feu doux, salez et poivrez, couvrez et faites cuire doucement pendant 15 à 20 minutes. Secouez la casserole de temps en temps pour empêcher les oignons de roussir. Réservez à couvert.

Préparez les champignons : (si vous utilisez des girolles séchées les mettre à tremper dans de l'eau tiède ¼ d'heure à 1 heure, puis bien les égoutter, garder le jus de trempage que vous pourrez utiliser le lendemain pour faire cuire des pâtes ou un risotto ou mieux faire un mélange par moitié bouillon de volaille et jus de girolles pour déglacer la cocotte). (Si vous prenez ou mettez des champignons de Paris ajoutez le jus de citron avec l'huile). Mettez les champignons parés dans une casserole, ajoutez 1 c à s d'huile d'olive et faites chauffer doucement. Salez, poivrez et faites-les cuire 3 minutes jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Réservez à couvert.

Préparation des fèves écosées : Préparez une terrine d'eau glacée. Faites bouillir une grande casserole d'eau salée avec 1 c à s de sel par litre. Versez-y les fèves et faites-les cuire pendant 30 secondes à partir de la reprise de l'ébullition. Retirez les fèves de l'eau avec une écumoire et versez-les dans l'eau glacée. Dès qu'elles sont refroidies, égouttez-les. Pelez-les et jetez la peau qui les enveloppe. Retirez aussi le germe, qui les rend amères. Réservez.

Garniture : Egouttez les champignons et les oignons. Faites chauffer les 15g de beurre dans un grand poêlon sur feu moyen, ajoutez les lardons, les champignons et les oignons. Goûtez pour rectifier l'assaisonnement et faites sauter doucement le mélange pour bien le réchauffer. Ajoutez les fèves, puis faites réchauffer l'ensemble. Le mélange doit être bien lié et tendre. Couvrez et tenez au chaud sur feu très doux. Attention aux fèves rajoutez-les s'il le faut pour les réchauffer juste au moment de servir car elles se délitent très vite.

Le foie : Salez et poivrez largement le foie de lapin. Faites fondre 15g de beurre sur feu moyen dans une petite poêle et ajoutez le foie. Faites-le cuire pendant 2 à 3 minutes en le retournant. Si vous avez l'impression que le morceau cuit trop vite retirez la poêle du feu et laissez-le chauffer hors du feu en secouant de temps en temps. Le foie doit rester tendre et moelleux. Déglacez la poêle avec 1 c à s de vinaigre de vin rouge, puis remettez le foie dedans en l'enrobant de jus.

Répartissez les morceaux de lapin et le foie dans les assiettes de service chaudes et la garniture, Arrosez de sauce le lapin et saupoudrez de persil, mettre sur le foie un peu de thym ou de sauge.

Ou, servez en plats : lapin et foie – garniture – sauce en saucière