

Voir Page précédente
il y a une Recette de Lapin aux olives vertes.

Lapin à la Moutarde

→ La moutarde **SAVORA** est très bien pour cette recette, mais on peut y mettre de l'AMORA Forte - ne pas mettre plus d'une c. à soupe ras de moutarde)

Dans une cocotte à fonds épais, mettre le fond (couvert) d'huile d'arachide. Chauffer. et ensuite baisser le feu pour qu'il ne soit pas trop vif.

Faire revenir des cuisses et des Rables, des pattes avant et dorer des 2 côtés, avec sel et poivre.

Retirer de la cocotte - y rajouter 3 ou 4 petites échalotes coupées au couteau en tranches fines.

Les faire revenir mais pas dorer (feu doux).

Rajoutez une cuillère à soupe (juste pleine), de farine (tournez, avec 1 c en bois).

← Report.

Donc, à ce moment, Rajoutez le lapin, en le tartinant avec la moutarde. Juste d'un côté - Mettre le

couvercle et à feu doux 2 ou 3 minutes, juste pour faire pénétrer la moutarde dans la chair.

Rajoutez sel et poivre, et c'est là que vous Rajoutez la farine avec 1 verre à moutarde d'eau.

Laisser cuire environ 3/4 d'heure. Il faut sur :

:veiller la cuisson, et tourner souvent.

Quand le lapin est cuit, vérifier avec une pointe de couteau, Rajoutez 1 petit pot de crème fraîche épaisse, une pointe de laurier et une 1/2 brindille de thym.

Tournez avec la cuillère en bois, et attendez que cette sauce soit onctueuse.

Servir bien chaud avec du Riz Blanc ou des pommes de terre vapeur ou tout simplement avec du bon pain de Campagne.

Chez nous on a toujours fait ← - - - - -
avec la SAVORA - elle a un autre goût

Attention je me suis trompée ←