



Pêlé-mêle de verdure au lapin

Une recette de Gaël BROCHARD
Institut Rural des Mauges - Beaupréau

• 1 chou vert • 1 botte de radis • 1,2 kg de lapin entier
• 4 cl d'huile d'olive • 8 cl de vinaigre balsamique • fond de volaille • sel, poivre

- 1 Découper le lapin en morceaux.
- 2 Faire chauffer le fond de volaille et plonger la viande dedans. Cuire 30 mn.
- 3 Lorsque le lapin est cuit, l'égoutter et refroidir rapidement.
- 4 Pendant la cuisson, laver à l'eau vinaigrée les choux émincés.
- 5 Les passer 10 mn en vapeur et refroidir rapidement.
- 6 Laver les radis et réserver.
- 7 Préparer la vinaigrette.
- 8 Lorsque la viande est froide, la désosser. Couper le lapin en lamelles. Réserver au froid.
- 9 Disposer les légumes dans les assiettes, mettre le lapin et napper de vinaigrette.