

LAPIN



LAPIN AU FOUR AU BASILIC

Préparation : 30 mn

20 mn

Difficulté : Assez facile

Cuisson : 1 h

Coût : Raisonnable

Four : 200° (6/7)

Ingrédients (4 personnes) :

- 1 lapin
 - 1 bouquet de basilic frais
 - 4 cuillères à soupe de miel liquide
 - 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
 - 1 pot de crème fraîche (20 cl)
 - 1 jus de citron
 - sel et poivre
-

Recette:

PLACER dans un bol le miel liquide, l'huile, le citron et le basilic finement haché. saler et poivrer la marinade.

APRES AVOIR découpé le lapin, le mettre dans un plat allant au four, saler et poivrer le morceau de lapin, nappez avec la marinade.

ENFORNEZ et faites cuire à feu moyen, 1 heure au maximum. Quand les morceaux de lapin sont joliment caramélisés: c'est cuit.

LE PLAT peut être accompagné avec des légumes divers (pommes de terre, carottes, potimarron, pâtes...)

LAISSER LA MARINADE au four et dans la plat de cuisson , toujours au four, ajoutez un pot de crème fraîche et faites réduire pendant 5 minutes.

RETIREZ DU FOUR et servir le tout dans des assiettes chaudes.

COMMENTAIRES :