



CIVET DE LAPIN, POLENTA ET LÉGUMES



45 min.



1 heure



4 pers.



RÉALISÉ PAR

Dynaform Nyon

Un bon repas mijoté de saison!

Un peu de préparation, mais vraiment pas compliqué !

INGRÉDIENTS

Marinade:

- 2,5 dl de vin rouge
- 0.5 dl de vinaigre de vin rouge
- 100g d'oignons, coupés en morceaux
- 100g de carottes, parées et coupées en bâtonnets
- 100g de céleri pomme, paré et coupé en morceaux
- 1/2 cuillère à soupe de grains de poivre noir
- 3 clous de girofle
- 1 feuille de laurier
- 1/ cuillère à soupe de baies de genièvre, écrasées
- 1 ou 2 brins de romarin et de thym

Viande:

- 500g de ragoût de lapin
- sel, poivre
- un peu de beurre
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomates
- 1 cuillère à soupe de farine
- 1,5dl de la marinade
- 1.25 de bouillon de bœuf
- 1 à 2 cuillère à soupe de crème acidulée

Polenta:

- 200g de polenta

MARCHE À SUIVRE

Marinade:

Mélanger dans un grand saladier le vin, le vinaigre, les oignons, les carottes, les céleris, les épices et les herbes et ajouter le lapin.

Laisser mariner 3-4 jours à couvert au réfrigérateur.

Remuer une fois par jour.

Egoutter les légumes et le lapin dans une passoire.

Porter la marinade à ébullition, écumer et réserver les légumes et les herbes. Tamponner la viande avec du papier ménage, assaisonner.

Saisir uniformément les morceaux de lapin dans le beurre à rôtir, puis les sortir de la cocotte.

Faire revenir le concentré de tomates dans le jus de cuisson.

Remettre le tout dans la cocotte, saupoudrer de farine, remuer.

Mouiller avec 3 dl de marinade et de bouillon, porter à ébullition.

Ajouter les légumes et les herbes, laisser mijoter 1 heure à couvert, à petit feu.

Pendant ce temps, préparer la polenta et les légumes de votre choix de saison.

Une fois le temps écoulé, sortir la viande de la cocotte. Passer le jus au chinois, le remettre dans la cocotte.

Ajouter la viande, les légumes et la crème acidulée et assaisonner à votre goût!

Bon appétit!

ASTUCES DU CHEF

A la saison de la chasse, vous pouvez aussi utiliser du lièvre, viande plus forte au goût.