



PHOTOS : PASCAL VIAU/VED - D. R.

Les conseils du boucher "Un bon lapin se reconnaît à son foie et à ses rognons"

Qu'il vienne de Vendée, comme les miens, du Gâtinais ou du Poitou, un lapin de qualité se reconnaît à sa chair bien brillante. » Selon Laurent Dumont, boucher à Paris, « le foie doit être gros et brun clair [pas trop foncé], et les rognons doivent être entourés de suffisamment de gras, ce qui signifie que l'animal a été bien nourri. » Préférez des lapins de gabarit moyen, entre 1,5 et 1,9 kg. S'ils sont plus petits, leur chair est tendre mais a peu de goût. Ceux de plus de 2 kg sont plus âgés, donc plus fermes. Si vous le cuisinez en morceaux, faites attention à la découpe car les os sont très durs et forment des petits éclats.

(*) Boucherie Dumont, 47, rue Poliveau, 75005 Paris. 01.47.07.33.11.



Livre

(*) À lire : *Le Saint-James en 65 recettes* (éd. Flammarion, 40 €), par Michel Portos, 2 étoiles au *Michelin*.

à Bouliac (33), et élu, cette année, Meilleur Cuisinier de l'année par le guide *GaultMillau*.



LE LAPIN

La recette

Lapin à la moutarde de mon enfance

PRÉPARATION : 30 MIN. CUISSON : 35 MIN. POUR 4 PERSONNES

- 1 lapin • 4 c. à s. de moutarde • 2 têtes d'ail rose de Lautrec
- 1 gros oignon • 1 bouquet de thym • 5 feuilles de laurier
- 20 g de fenouil sec • 15 cl de vin blanc • 10 cl d'huile d'olive
- 600 g de pâtes fraîches ou de pommes de terre.

Je découpe le lapin en 8 morceaux environ. Je les badigeonne de moutarde à l'ancienne, puis je les dépose dans une cocotte. J'ajoute le thym, le laurier, le fenouil sec, les quartiers d'oignons et les deux têtes d'ail rose coupées en deux avec la peau. J'arrose le tout d'huile d'olive, puis je mets la cocotte au four, à couvert, à 210 °C, pendant 20 min. Je mouille alors le lapin avec le vin blanc, puis je poursuis et termine la cuisson pendant un quart d'heure supplémentaire. À déguster avec des pâtes fraîches ou des pommes de terre cuites à l'anglaise (c'est-à-dire plongées dans de l'eau bouillante).

On aime la moutarde de Bourgogne

SI LA CÉLÉBRISSIME MOUTARDE DE DUON n'est pas protégée et peut être fabriquée n'importe où, il n'en est pas de même avec la moutarde de Bourgogne. Bénéficiant d'une IGP (indication géographique protégée) depuis 2009, cette dernière est élaborée avec des graines de moutarde et du vin blanc alligoté issus de la région. Une spécialité de la maison Fallot, dernière moutarderie indépendante de Bourgogne. Ici, les graines de moutarde sont encore écrasées à la meule de pierre pour préserver ses arômes. Comme dans les autres moutardes de la maison, telles celles au cassis de Dijon, au pain d'épice de Dijon, aux noix du Périgord ou à la provençale. fallot.com





Et avec ça ?

Un blanc* sec et bien frais comme la cuvée Classic 2011 du domaine du Tarquet IGP côtes-de-gascogne. Depuis sa création, en 1982, elle s'est enrichie. Plus complexe, plus aromatique (fleurs et agrumes), elle gagne en rondeur. Parfaite pour l'apéritif, elle peut continuer avec un lapin. 4,50 €, cavistes. M. G.