

Papillote de lapin aux légumes nouveaux

Plat

Lapin, carottes, petits pois, oignons... Mmmm

Couverts : 6

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 70 minutes

Ingrédients

Lapin coupé en 6 morceaux x1

Botte de carottes nouvelles x1

Botte oignons nouveaux x1

Poignée de petits pois x1

Petit bulbe de fenouil bien frais x1

Petites pommes de terre nouvelles x8

Préparation

Dans le plat, placez les 2 feuilles de papier cuisson, la plus grande dans la longueur, la plus petite dans la largeur et déposez les morceaux de lapin au centre après l'avoir dégraissé, tassez si nécessaire. Salez sans excès.

La cuisson à l'étouffée permet de conserver toute la subtilité des arômes.

Déposez les petits pois en premier en les écosant directement au dessus du plat, puis les carottes, les pommes de terre, le fenouil en petits tronçons et les oignons nouveaux.

Salez à nouveau sans excès. Si vous avez l'âme voyageuse, parsemer votre plat d'une petite pincée de cumin. N'ajoutez surtout pas de liquide. Fermez le papier cuisson sur lapin, en repliant les bords l'un sur l'autre ; ceux de la largeur puis ceux de la longueur. Bordez en rabattant sous le lapin, la vapeur ne doit pas s'échapper.

Posez la feuille de papier aluminium dessus en bordant aussi, celle-ci empêchera le papier cuisson de brûler.

Enfournez à four chaud (210°C - thermostat 7), puis baissez la température à four

doux (150°C - thermostat 5) au bout de 20 minutes et prolongez la cuisson pendant 50 minutes.

Sortez du four; pour vérifier la bonne cuisson, soulevez la feuille de papier aluminium ; le papier cuisson doit avoir légèrement bruni, s'il est blanc prolongez la cuisson pendant encore 10 minutes.