



Facile



4-6 personnes



10 min de préparation



12 min de cuisson

Lapin grillé au cumin



Suggestions:

Chorey les Beaune

Anjou rouge

Ingrédients

3 gigolettes de lapin
3 morceaux de râble de lapin tranchés (2/3cm d'épaisseur)

Pour la marinade:

6 cuillères à soupe d'huile d'olive
1 cuillère à soupe de cumin en poudre
Le jus de 3 citrons
1 ou 2 étoiles d'anis
Sel, poivre

Préparation

- 1 Dans un récipient, versez l'huile, le jus des citrons et l'anis. Salez et poivrez. Ajoutez le cumin et bien mélanger. Déposez les morceaux de lapin et bien remuer, puis laissez mariner de 10 à 30 minutes.
- 2 Égouttez les morceaux de lapin. Placez-les sur un grill bien chaud, mais pas trop près de la braise. Un grill électrique peut aussi faire l'affaire. Laissez cuire sur le grill 6 minutes par face.
- 4 Vérifiez la cuisson avant de déguster.
- 5 Ce plat s'accompagnera très bien avec un taboulé à la menthe et à la coriandre, bien frais.



Astuce de votre artisan boucher-charcutier-traiteur



Si vous avez pensé à l'avance à votre préparation, faites la marinade la veille et conservez-la au frais. Vous aurez ainsi des grillades plus moelleuses.

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site internet : www.traditionsarthoise.fr

Donnez votre avis sur  Tradition Sarthoise