

**Mignon de lapereau de l'Argoat confit**  
**Cardamome, une pincée de cacao**  
**Pommes de nos vergers rôties**

**Ingrédients : pour 4 personnes**

pièce	2	râbles de jeunes lapins
	1	échalote grosse (Roscoff)
	2	gousses d'ail
	1	carotte
	2	tranches fines de poitrine fumée
cl	40	cidre brut AOC Cornouaille
	1	branche de romarin ou de thym,
	1	bouquet garni avec quelques feuilles de céleri
gr	10	cacao
pincée	1	Cardamome (Elettaria cardamomum)
gr	70	beurre
cl	10	huile d'arachide

**Préparation :**

**Désosser les râbles de façon à obtenir 4 beaux filets de lapereau.**

**Garnir le milieu de ces filets de poitrine fumée et d'ail haché finement au couteau, saler et poivrer.**

**Ficeler le tout comme un saucisson.**

**Dans une cocotte à fond épais faire revenir les os de lapereau avec une mirepoix de carotte et d'échalote, une gousse d'ail et un bouquet garni.**

**Mouiller avec le cidre, ajouter une pincée de cardamome et cuire à couvert +/- 30 mm**

**Faire revenir dans un poêle bien chaude avec huile et beurre les filets de lapin**

**Puis doucement sur le coin de feu, finir de cuire à couvert pendant 30 mm.**

**Une fois les filets de lapin cuits dégraisser la poêle et y ajouter 5 cl de vinaigre de cidre puis**

**Le jus de cuisson des os, réduire cette préparation de moitié et hors du feu y ajouter 10 gr de cacao et finir avec 50 gr de beurre bien froid coupé en petits morceaux**

**Découper vos filets de lapin en fines tranches, napper de sauce et servir avec quelques pommes de nos vergers rôties au four.**