

La marmite de Cathy

Aumonières de lapin aux bettes, au chèvre et au carvi d'après Laurence Salomon, une nouvelle façon de voir la cuisine



Pour 4 aumonières

La pâte

- 20 g de farine complète
- 80 g de farine T55
- 50 g de farine de petit épeautre
- un peu d'herbes de provence
- 3 pincées de sel
- 2 cuillers à soupe d'huile d'olive
- eau

Garniture

- 350 g de lapin désossé
- 1/2 plaquette de bouillon végétal bio
- 1/2 verre d'eau
- les feuilles de 6 côtes de blettes
- 2 cuillers à soupe d'huile d'olive
- 1 chèvre frais
- 2 cuiller à café de graines de carvi
- fleur de sel
- 1/2 botte de persil- malheureusement je n'en avais pas

La pâte

j'ai mis tous les ingrédients dans mon kitchenaid et j'ai ajouté de l'eau pour obtenir un pâte souple, j'ai laissé au frais 1 heure

La garniture

faire cuire le lapin au four dans le bouillon et le 1/2 verre d'eau, recouvert d'une feuille de papier sulfurisé à th 170° (th6) pendant 20-25 mn

Laver les feuilles de bette et les découper en lanières, les placer dans une cocotte avec l'huile d'olive, le carvi et la fleur de sel

Laisser cuire 10 mn à couvert, puis 5 mn à découvert, enlever le jus de cuisson

Mixer le lapin et le mélanger aux bettes et au chèbres frais émietté



La marmite de Cathy

Mise en place

Diviser la pâte en 4 et étaler en 4 cercles assez fin

Répartir le quart de la farce sur chaque aumônière et refermer en piquant avec les doigts
(normalement il fallait dorer ensuite à l'oeuf mais j'ai oublié)

Faire cuire 25 mn à four préchauffé (th 6- 175°C)

J'ai servi avec un petite sauce basilic-faisselle très légère et agréable dans la recette c'était une sauce persil-faisselle de chèvre

J'ai un peu fait évoluer la recette en fonction de ce que j'avais mais le résultat m' a beaucoup plu j'ai trouvé que c'était très fin

Normalement ces aumônières sont servis avec une soupe de cotes de bette, mais je n'ai pas eu le courage

Comme je ne suis pas la seule à avoir flashé sur les recettes de Laurence Salomon ,vous pourrez voir certaines de ses recettes en vous balladant sur le web

