

Râble de lapin farci aux pruneaux



Décongélation: Placer le râble farci sous vide dans l'eau froide de 25 à 30 min. jusqu'à décongélation complète. Éviter l'eau chaude ou tiède, très mauvais pour la prolifération des bactéries. La décongélation peut aussi être faite au réfrigérateur une journée avant.

Méthode Préchauffer le four à 350°F (177°C)
de cuisson : Faire doré au poêlon 20 sec. de chaque côtés.
Mettre le râble dans une assiette d'aluminium
ou un plat allant au four.
Couvrir avec une feuille d'aluminium et cuire 25 à 30 min.



Terminer les 10 dernières minutes de la cuisson à découvert afin de dorer le dessus. Une crépinette est sur le pourtour afin de conserver le lapin tendre et juteux. Si il y a un excédent à la fin, l'enlever selon votre goût.



Ingrédients: Lapin, veau, porc, pruneau, cerises noires, riz blanc, riz sauvage, liant sans gluten (sel, sucre, épices, bioxyde de silicium, polysorbate 80), oignons, ail, fines herbes, persil, épices.

Distribution
Surgelés haut de gamme



4 fourchettes

Viandes rouges
Poissons
Fruits de mer

POUR INFORMATION : (819) 432-0808