



Fédération Nationale des Chasseurs

FICHE RECETTE

# Rillettes de lapin, sauce moutarde, pointe de safran



Pour 6-8 personnes  
préparation : 20 min  
cuisson : 60 min  
(selon la grosseur du lapin)  
matériel : une terrine à rillettes  
réservation au frais au moins 12 h

1 lapin Gibier de chasse chasseurs  
de France de 1,4 kg 🐰  
garniture aromatique :  
1 grosse carotte taillée en paysanne  
1 gros oignon taillé en mirepoix  
1 branche de persil et de thym  
1 feuille de laurier  
1 feuille de poireau  
30 à 40 cl de crème fraîche liquide,  
1 grosse c. à s. de moutarde  
3 pistils de safran  
fleur de sel de l'île de Ré.

1 – **Désarticulez le lapin** sans couper ou casser les os. Mettez-le dans une marmite avec la garniture aromatique et de l'eau à hauteur. Faites frémir en surveillant la cuisson pendant 1 heure. En fin de cuisson, retirez le lapin et la garniture. Réduisez le bouillon jusqu'à l'équivalent d'un bol. Chinoisez-le et réservez-le.

2 – **Émiettez la chair du lapin** en faisant attention à ce qu'il n'y ait pas d'esquilles. Dans le saladier du mixeur, disposez la chair émiettée. Versez la crème fraîche et la moutarde, le safran et la fleur de sel. Donnez un tour de fouet (gros crochet). Versez une petite quantité de bouillon, redonnez un autre tour jusqu'à ce que la texture soit fine et homogène (elle ne doit pas être sèche sinon reversez un peu de bouillon). Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.

3 – **Tassez les rillettes de lapin** dans la terrine. Posez un poids sur le dessus. Réservez-la jusqu'au lendemain. Servez avec des tartines grillées et une salade.

[www.chasseurdefrance.com](http://www.chasseurdefrance.com)