

Canon de lapin farci aux escargots et pleurotes, pommes fondantes, dôme de carottes des sables aux agrumes, sauce moka

Date : 07/06/21

Auteur : François Hennard PLP OPC, lycée des métiers Vauban-Auxerre
- Académie de Dijon

Type de plat : Volaille

Descriptif :

Filet de lapin garni d'une farce aux escargots et pleurote Bio de l'Yonne cuit en basse température sous vide, accompagné d'un rouleau de pomme terre fondante garni d'une farce à gratin faite à partir des abats du lapin, d'un dôme de carottes des sables aromatisé aux agrumes. Le tout sera agrémenté d'une sauce parfumée au café.

Apport nutritionnel : La viande de lapin est peu calorique avec 167 Cal/100 g. Riche en protéines de bonne qualité, un apport lipidique modéré, des vitamines du groupe B bien présentes. Glucides, Fibres, Vitamine B6, Potassium.

Pour 8 couverts :

Boucherie

- Râble lapin classe A : 0.74 Kg (11.06 / Kg)

B.O.F

- Beurre : 0.3 Kg (5.56 / Kg)
- Crème UHT liquide supérieure 35% Président Pro : 0.4 litre (2.85 / litre)
- Oeuf : 4 Pièce (0.07 / Pièce)

Fruits & légumes

- Persil : 0.125 Botte (0.75 / Botte)
- Échalote : 0.05 Kg (3.65 / Kg)
- Carottes des sables : 0.8 Kg (2.9 / Kg)
- Pomme de terre BF 15 : 0.6 Kg (0.87 / Kg)
- Ail : 0.02 Kg (3.98 / Kg)
- Vene Cress : 0.25 Botte (2.55 / Botte)
- Champignons Pleurotes : 0.5 Kg (4.97 / Kg)

Économat

- Café expresso : 0.05 litre (0.05 / litre)
- Poudre de Yuzu : 0.02 Kg (320 / Kg)
- Poivre : 1 PM (0 / PM)
- Sel : 1 PM (0 / PM)
- Café Pur Colombie Malongo : 0.06 Kg (26.8 / Kg)
- Cumin moulu : 2 gramme (0.85 / gramme)
- Fond blanc de volaille : 0.4 litre (0 / litre)
- Escargot Bourgogne 1/1 : 0.5 Boîte (9.95 / Boîte)
- Huile de pépins de raisin : 0.02 litre (2.83 / litre)

Cave

- Cognac : 0.1 litre (13.54 / litre)
- Vin blanc sec cuisine : 0.2 litre (1.74 / litre)
- Jus orange : 0.1 litre (1.02 / litre)
- Rhum ambré : 0.04 litre (8.68 / litre)

Prix des produits : 35.18



Dressage : À l'assiette.

Etapas et techniques

1. Canon de lapin

- [Mettre en place le poste de travail](#)
- Éplucher, laver, dégermer et hacher l'ail
- [Réaliser la persillade](#)
- [Emincer les pleurotes](#)
- [Désosser les râbles de lapin](#)
- Faire les canons de lapin farcis

2. Pommes fondantes

- [Éplucher et laver les légumes](#)
- [Ciseler l'échalote](#)
- [Réaliser une farce à gratin](#)
- [Faire les pommes fondantes](#)

3. Dôme de carottes

- [Éplucher et laver les légumes](#)
- [Cuire les carottes à l'anglaise](#)
- Mixer
- [Faire l'appareil à crème prise salé](#)
- Faire les dômes de carottes

4. Sauce moka

- [Réaliser le fonds blanc de volaille déshydraté](#)
- Faire la sauce Moka

5. Dressage et finition

- Dresser les canons
- Envoyer