

## Wok d'Endives caramélisées thaï et amandes

Prép. : 10min.                      cuisson 10 min                      Très facile

### Pour 4 Personnes :

8 endives  
100g de germes de soja  
1 botte de basilic  
3 c. à s. de sauce de soja  
1 c. à c. d'huile d'arachide  
sésame blond  
50 g d'amandes entières  
sel, poivre , piment fort (facultatif)

### Préparation :

1. Emincer les endives. Rincer les germes de soja.
2. Dans un wok ou une sauteuse, faire chauffer l'huile. Cuire les endives 5 min. à feu vif.
3. Ajouter les pousses de soja, cuire 5 min.
4. Verser la sauce de soja, saupoudrer de sésame et ajouter les amandes.
5. Parsemer juste avant de servir le basilic. Parfumer d'une pointe de piment si vous le désirez.

## Minestrone d'Endive, saumon fumé et noix

Prép. 10 min.                      cuisson 15 min.                      facile

### Pour 4 personnes :

6 endives  
2 tranches de saumon fumé  
1 carotte  
2 pommes de terre ferme  
15 g de noix  
15 g de beurre  
1 c. à c. de sucre  
sel, poivre

### Préparation :

1. Eplucher la carotte et les pommes de terre. Tailler finement. Emincer les endives.
2. Dans une cocotte, faire chauffer le beurre, ajouter les endives et les carottes. Saler, poivrer et saupoudrer de sucre. Laisser cuire 5 min.
3. Verser 1,5 l d'eau froide. Ajouter les pommes de terre. Cuire 10 min.
4. Incorporer le saumon fumé taillé en fines lamelles. Parsemer de cerneaux de noix concassés. Servir chaud.

## Lapin cocotte à la sauge

Prep. 20 min.                      cuisson 1h                      facile

### Pour 4 personnes :

1 lapin fermier d'environ 1,5 kg, découpé en morceaux  
1 petit bouquet de sauge  
8 gousses d'ail  
20 cl de vin blanc  
40 cl de bouillon de volaille  
2 c. à s. de farine  
1 c. à s. d'huile d'olive  
25 g de beurre  
sel, poivre

### Préparation :

1. Salez, poivrez et farinez les morceaux de lapin. Dans une cocotte, chauffez l'huile et le beurre. Faites dorer le lapin sur toutes ses faces, env. 10 min. Ajoutez 6 gousses d'ail non pelées et une dizaine de feuilles de sauge. Mélangez 2 min.
2. Versez le vin blanc puis le bouillon de volaille dans la cocotte. Couvrez la cocotte et faites cuire environ 45 min. sur feu doux.
3. Retirez les morceaux de lapin. Filtrez le jus de cuisson en pressant l'ail. Reversez-le dans la cocotte, remettez les morceaux de lapin. Parsemez du reste d'ail haché et quelques feuilles de sauge fraîche ; Poursuivez la cuisson sans couvrir. Servez bien chaud, accompagné de tagliatelles fraîches.