

Salade de mesclun et pousses d'épinard, haricots verts frais, aux filets de lapin et huile de pignons de pin

Ingrédients

4 filets de lapin, 200 g haricots verts frais, 100 g de pousses d'épinard, 200 g de salade, 2 échalotes, 1 botte de persil, 50 cl d'huile de pignons de pin, 50 g de pignons de pin, 50 cl de jus de veau.

Cuire les haricots verts, réserver.

Trier la salade et les pousses d'épinard.

Poêler les filets, les garder au chaud.

Déglacer la poêle avec le jus de veau et monter à l'huile de pignons de pin, plus les haricots verts,
dresser sur assiettes.

Emincer les filets de lapin, les disposer sur les haricots verts, faire légèrement colorer les pignons de pin et les parsemer sur l'assiette au moment de servir.

Ne pas oublier le trait d'huile au départ.