



## Les Délices de Mimm

*Des recettes simples pour toutes les occasions  
Ma devise : Vite, beau et bon !*



### Lapin aux pruneaux

Voici encore un grand classique de notre région : le lapin aux pruneaux. C'est encore un plat mijoté, qui peut être réchauffé. Un délice pour qui aime le sucré-salé.



#### INGREDIENTS : 6 personnes

1 gros lapin découpé en morceaux  
3 oignons  
2 feuilles de laurier  
1 branche de thym  
75 cl de bière brune  
300 gr de pruneaux dénoyautés  
1 tranche de pain  
1 grosse càs de moutarde de Dijon  
2 càs de beurre ou margarine  
Sel, poivre

#### PREPARATION :

Faire brunir les morceaux de lapin dans le beurre. Ajouter les oignons hachés et laisser blondir. Ajouter la bière, le bouquet garni. Saler et poivrer. Bien mélanger. Porter à ébullition et réduire le feu.

Tartinier la tranche de pain de moutarde et la déposer sur le dessus de la viande. Couvrir et laisser mijoter à feu doux pendant environ 1 heures jusqu'à ce que la viande soit bien tendre.

Un quart d'heure avant la fin de la cuisson, ajouter les pruneaux.

A la fin de la cuisson bien mélanger, et la tranche de pain va se dissoudre et lier la sauce. Servir bien chaud avec des frites, des croquettes ou des pommes de terre nature.

**Les Délices de Mimm**

<http://delicesdemimm.canalblog.com/>