

# Lapin Rex du Poitou à la moutarde

---

## Ingrédients pour 5/6 personnes :

- 1 lapin Rex du Poitou d'environ 1,500 kg découpé
- 4 Cs de Moutarde de Dijon
- 4 Cuillères à soupe d'huile d'olives ou de tournesol
- 1 Cuillère à soupe de Thym (facultatif)
- Sel, poivre (assaisonnez en fonction de vos goûts)

## Temps de cuisson :

Four traditionnel, 50 minutes, 180° (TH6)  
Chaleur tournante 50 minutes, 160° (TH5/6)

## Préparation :

Découpez le lapin « Rex du Poitou » en 6 morceaux.  
Préparez une marinade épaisse avec la moutarde de Dijon, l'huile d'olives ou de tournesol, du sel, du poivre, du thym et du laurier.  
Mélangez les ingrédients de façon à faire une « mayonnaise », l'huile doit être complètement mélangée à la marinade.

Laissez mariner les morceaux pendant 2/3h.  
Placez les morceaux dans un plat à mi-hauteur au four, température 180° (th6)  
Retournez les morceaux à mi-cuisson.

