

Poitrine de pintade contisée entre chair et peau d'un beurre de verveine et citron. Petits haricots verts du jardin



Ingrédient pour 6 personnes :

6 suprêmes de pintade fermière avec leur peau, huile d'olive, assaisonnement

Pour le beurre : 4 cuillères de feuilles de verveine fraîche hachées, 100g de beurre, sel et poivre

Pour la sauce : 300g d'ailerons de volaille, 1 litre d'eau, 1 trait d'arôme Patrel, 2 cuillères de fond de veau lié en poudre, 6 feuilles de verveine, 20g de beurre

Pour les haricots verts : 600g de haricots verts très fins, sel, sucre, beurre

Pour le condiment citron : 10 citrons, 3dl d'huile de tournesol, 1 cuillère de sucre, 1 pincée de sel

Le beurre de verveine : Mixer le beurre et la verveine. Rectifier l'assaisonnement.

La poitrine de pintade :

Décoller délicatement avec les doigts, la peau de la pintade et dans l'espace ainsi obtenu, glisser le beurre de verveine sur toute la surface du suprême.

Lorsque le beurre est bien réparti, saler et colorer la volaille côté peau à la poêle dans de l'huile de noix.

Lorsque la peau est bien dorée et croustillante, couper le feu et retourner les suprêmes.

Laisser finir la cuisson doucement.

La sauce :

Concasser les ailerons de volailles et les rôtir au four.

Lorsqu'ils sont bien dorés, les débarrasser dans une casserole et ajouter l'eau, le fond en poudre et un trait d'arôme Patrel.

Bien mélanger avant de cuire à petits bouillons pendant 30mn.

Filter et réduire jusqu'à obtenir une belle sauce brune et nappante.

Ajouter la verveine et le beurre. Laisser infuser 10mn. Fouetter et filtrer finement.

Le condiment citron :

Envelopper les citrons dans une feuille de papier aluminium.

Les cuire 30mn au four à 180°. Laisser refroidir.

Ouvrir les citrons en 2 pour récupérer la pulpe confite.

Enlever les pépins. Dans le bol d'un blinder placer la pulpe, le sucre, le sel et l'huile.

Mixer jusqu'à obtenir un coulis émulsionné onctueux. Réserver dans une pipette.

Les haricots verts :

Couper les haricots verts en sifflets de 3cm.

Les glacer à blanc avec un peu d'eau, sel, sucre et le beurre.

Dressage :

Placer un dôme de haricots verts au fond de l'assiette.

Poser dessus un suprême de pintade coupé en 2 dans la longueur et verser un cordon de sauce autour. Finir par une strie de condiment citron.