

Chou farci de cuisse de pintade

Préparation 1 h

Cuisson 1 h 30

Les ingrédients pour 4 personnes :

4 cuisses de pintade désossées en conservant l'os du pilon

1 c à s d'huile

1 chou vert

1 gros oignon

2 carottes

50 g de poitrine fumée

20 g de beurre + 3 belles noix que j'ai rajoutées pour la sauce

100 g de crépine

30 cl de fond brun de volaille (remplacé par du fond de veau lié)

Quelques brins de romarin

Sel et poivre

Reconstituer les cuisses de pintade en forme de jambonnette et les maintenir avec des cure-dents (ou de la ficelle de cuisine plus pratique je trouve). Assaisonner de sel et poivre et les faire revenir dans l'huile chaude 35 mn environ. Les retirer de la sauteuse et les laisser refroidir puis retirer les cure-dents ou la ficelle. Réserver.

Retirer les feuilles extérieures du chou si elles sont abîmées et mettre de côté 12 belles feuilles. Partager ensuite le reste de chou en 4 ou 6 quartiers, retirer le trognon et les grosses côtes extérieures des feuilles. Laver les quartiers à grande eau, les égoutter soigneusement et les couper en lanières. Les plonger dans de l'eau bouillante salée et à la reprise de l'ébullition laisser cuire quelques secondes. Rafraîchir immédiatement sous l'eau froide et égoutter soigneusement.

Couper l'oignon et les carottes épluchées en petits dés. Dans une poêle faire fondre les 20 g de beurre et y faire revenir les dés de légumes et le lard fumé coupé en petits lardons jusqu'à coloration. Ajouter les lanières de chou et cuire le tout 10 mn environ à feu moyen. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire et laisser refroidir.

Laver soigneusement la crépine à l'eau vinaigrée, l'égoutter et l'essuyer et la couper en 4 beaux morceaux. Sur chaque morceau de crépine déposer 3 feuilles de chou, mettre 2 c à s de la préparation précédente et une cuisse de pintade. Bien refermer en pressant légèrement et en laissant dépasser l'os du pilon. Emballer dans le morceau de crépine en serrant. Confectionner les 3 autres choux farcis et les mettre dans un plat à rôtir avec le fond brun de volaille (ou le fond de veau lié) et cuire à four préchauffé à 150°-160° pendant 40 mn environ (à adapter en fonction du four). Arroser les choux avec le fond en cours de cuisson.

Pour le service déposer un chou farci sur chaque assiette. Décorer de romarin et entourer de sauce.

Pour la sauce que j'ai faite avec le fond de volaille je l'ai faite réduire par ébullition et ensuite j'ai ajouté 3 noix de beurre en fouettant car j'ai trouvé que la sauce était trop liquide.

Vin conseillé : un Bandol rouge