

Suprême de pintade kadaïf cuisson inversée



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 1 personne

Référence	Ingrédients	Quantité
221280	Suprême de pintade VF 180/220 g Le Gaulois Professionnel	170 Gramme
244552	Flageolets verts fins LegFR CE2 2,5 kg Bon&Engagé	120 Gramme
26208	Jeunes carottes 2,5 kg PassionFroid	20 Gramme
	Julienne de poireau	10 Gramme
	Kadaïf	30 Gramme
	Bouillon de volaille	0.02 Litre
	Miel	15 Gramme
	Branche de thym	1 Pièce
	Huile de noix	0.01 Litre
	Sel, poivre	PM

Etapas de préparation

- 1 Pocher et cuire les suprêmes de pintade dans un bouillon de volaille au miel, puis les mettre à égoutter. Réserver. Colorer les suprêmes de pintade dans de l'huile de noix très chaude, puis assaisonner sel et poivre.
- 2 Enrouler les morceaux de pintade de kadaïf puis les déposer sur une plaque de cuisson.
- 3 Vaporiser les pièces de volaille préparées avec une partie du bouillon de cuisson au miel.
- 4 Passer au four jusqu'à légère coloration, vérifier l'assaisonnement et réserver.
- 5 Mettre en température les flageolets dans le bouillon de cuisson au miel, assaisonner sel et poivre puis réserver.
- 6 Cuisson traditionnelle des carottes fanes, assaisonner et réserver, puis les ajouter aux flageolets.
- 7 Dresser, en finition : branche de thym et julienne de poireau.

Suprême de pintade kadaïf cuisson inversée

L'astuce du Chef



La cuisson pochée puis rôtie apportera une texture différente et moins sèche au filet de volaille, la première étape peut être réalisée sous vide.

Jean-Marc Cluzeau, conseiller culinaire PassionFroid