

Pintade au cidre, chou rouge et aux cranberries fraîches



adapté de la recette du magazine Good Food : "jewelled cranberry & juniper red cabbage"

Pour 4 personnes

Prep 0 minutes (on prépare au fur et à mesure)

Cuisson 1h30

1 pintade

2 csoupe huile végétale neutre

2 oignons, émincés

4 tranches de poitrine fumée hyper fines, recoupées en lardons

1 ccafé baies de genièvre, juste un peu écrasées

1 chou rouge pas trop gros, finement émincé

environ 300ml cidre sec (la version originale du Good Food utilise du jus de pomme)

2 csoupe sucre roux (pas nécessaire si on utilise du jus de pomme)

1 cube de bouillon de volaille

1 barquette de 250g cranberries fraîches

sel, poivre

Préchauffer le four à 190°C sans chaleur tournante

Dans une cocotte passant au four et possédant un couvercle, chauffer l'huile et y dorer la pintade sur toutes ses faces, saler, poivrer.

Pendant qu'elle dore, préparer les oignons : les peler, les couper en 2 et les émincer finement.

Préparer le chou rouge. Le couper en 4, ôter les 1ères feuilles et couper le trognon, le cœur où les côtes sont très épaisses. Emincer ensuite en fines lanières.

Quand la pintade est bien dorée partout, la retirer et réserver sur une assiette.

Dans la cocotte libérée, ajouter la poitrine, l'oignon émincé, les baies de genièvre et laisser fondre sans coloration sur feu moyen. Quand l'oignon est devenu transparent, ajouter le chou, monter le feu et mélanger. Ajouter le sucre, mélanger, mouiller à hauteur avec le cidre brut, mélanger, ajouter un cube de bouillon de volaille émietté, mélanger.

Former un nid au centre et y coucher la pintade. Couvrir et enfourner pour 45 minutes.

Au bout des 45 minutes, sortir la pintade et la réserver sur la planche à découper.

Dans la cocotte ajouter les cranberries et mijoter sur feu moyen-vif et sans couvrir pour d'une part éclater les cranberries et d'autre part évaporer le liquide, entre 5 et 10 minutes.

Pendant ce temps, découper la pintade.

Goûter l'assaisonnement et rectifier.