

Cailles en croûte de pain d'épices et compotée d'oignons

Préparation 30 mn

Cuisson 35 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

4 belles cailles prêtes à cuire

500 g d'oignons

4 tranches de pain d'épices

10 cl de Porto

2 c à c de fond de volaille

1 c à s de miel

1 c à s de vinaigre de cidre

70 g de beurre

Sel et poivre

Griller les tranches de pain d'épices au grille pain, les laisser refroidir et les réduire en miettes.

Préchauffer le four à 210–240° (th. 7–8).

Couper les oignons pelés en petits quartiers et les cuire dans une cocotte sans coloration dans 30 g de beurre. Quand ils sont translucides ajouter le miel, le vinaigre, sel et poivre et cuire 20 mn à feu doux. Les oignons doivent rester légèrement croquants.

Mélanger les 2/3 du pain d'épices avec le reste de beurre ramolli, sel et poivre.

Saler et poivrer l'intérieur des cailles, les mettre dans un plat à four, les tartiner de beurre au pain d'épices et les cuire 20 mn en arrosant.

Garder les cailles cuites au chaud. Jeter le gras de cuisson et déglacer au Porto, laisser réduire presque à sec. Ajouter le fond de volaille délayé dans 20 cl d'eau chaude et faire réduire 5 mn à feu vif.

Mettre les cailles et les oignons sur des assiettes chaudes, les arroser avec la sauce et saupoudrer du reste de pain d'épices émietté.

Ma petite touche personnelle : à la fin j'ai monté la sauce avec quelques dés de beurre froid pour la velouter et la rendre brillante. Ce beurre n'est pas pris sur les 70 g de la recette il est en plus.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>