

DFM 930 CHAUD DEVANT 2018
« Les Bons Petits Plats de Francette »
Cuisses de pintades et poires pochées au vin

Préparation : 30 min, Cuisson : 50 min, Pour 4 Personnes

Il vous faut : 4 cuisses de pintades, 2 poires Williams, 50cl de vin rouge, 40g de sucre semoule, 4 échalotes, 2 pincées de cannelle, 2 pincées de cumin en poudre, 2 pincées de quatre-épices, 1/2 étoile de badiane, 5cl d'huile d'olive, sel, poivre.

Préchauffez le gril du four à 180°C.

Ficelez les cuisses de pintades pour les maintenir, déposez-les dans un plat allant au four. Epluchez et émincez les échalotes, répartissez-les autour des cuisses de pintade, arrosez le tout d'huile d'olive, sales et poivrez.

Mettez la plaque dans le four à mi-hauteur, faites griller les cuisses 40 à 45min, en les tournant à mi-cuisson et en les arrosant.

Epluchez, videz et coupez les poires en quatre. Versez le vin dans une casserole. Faites-les pocher 15 à 25 min selon la fermeté, sur feu doux. Vérifiez la cuisson en enfonçant la pointe d'un couteau dedans : elle doit rentrer sans effort.

Egouttez les poires, faites réduire le vin de cuisson sur feu vif pour obtenir une consistance légèrement sirupeuse.

Après 45 min de cuisson des cuisses, sortez le plat, répartissez les poires autour, versez environ 10cl de sirop au vin dans le plat. Remettez le tout à cuire 10 à 15 min. Sortez le plat, retirez la ficelle autour des cuisses et versez.

Accompagné avec une mousseline de céleri ou de potiron, par exemple.

Conseil vin pour accompagner ce plat : un Pomerol à boire avec modération.