

Pintade à l'orange



Préparation : 15 mn

Cuisson : 1 h 30 environ

Les ingrédients pour 4 personnes :

1 pintade de 1,5 kg

2 oranges

3 oignons blancs hachés

1 carotte coupée en rondelles fines

2 c à s d'huile d'olive

2,5 cl de cognac

2,5 cl d'eau

Sel et poivre du moulin

Pour le décor :

1 orange

5 cl de crème épaisse

Dans une cocotte mettre les oignons, les rondelles de carotte et une orange pelée à vif et coupée en morceaux. Glisser une petite orange à l'intérieur de la pintade et mettre la volaille sur les légumes. Mélanger le cognac, l'eau, l'huile d'olive, sel et poivre et verser sur la pintade.

Cuire 1 h 30 environ à four préchauffé à 200°.

Au moment de servir décorer la pintade de rondelles d'orange passées 1 mn au beurre dans une poêle.

Récupérer le fond de sauce et mixer le tout, ajouter la crème épaisse, rectifier l'assaisonnement si nécessaire et servir.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>