

# La recette de notre chef cuisto : Sylvain NALPON

## Pintade rôtie

---

- 1 pintade
- Huile d'olive, miel
- Sel, Poivre du moulin
- Abricots séchés
- Pruneaux séchés
- Ail en chemise
- Thym ou romarin
- 1 morceau de Lard fumé (ou des lardons)
- Beurre
- Oignons
- Carottes
- Ail
- Vert de poireau



Sortir la pintade du frigo 30 min à 1H avant de la cuisiner

- \* Préchauffer le four à 180°
- \* Saler et poivrer l'intérieur de la pintade
- \* Ajouter à l'intérieur de la pintade :  
Sel et poivre, les abricots et les pruneaux taillés en 4, Ail en chemise, Le thym, le romarin, un beau morceau de beurre, le lard
- \* Refermer la pintade avec l'élastique
- \* Badigeonner l'extérieur de la pintade avec le mélange huile d'olive / miel
- \* Saler et poivrer l'extérieur de la pintade
- \* Couper les légumes grossièrement et les disposer dans le plat
- \* Verser un petit fond d'eau sur les légumes, ajouter sel / poivre et huile d'olive
- \* Disposer la pintade au-dessus des légumes
- \* Mettre le plat au four (compter 1H de cuisson / 1 KG de viande). Si votre pintade pèse 1,5KG, il devra cuire 1H30. Pour vérifier la cuisson, le jus qui sort de la pintade ne doit pas être rosé, si c'est le cas poursuivre la cuisson
- \* Arroser la volaille avec son jus de cuisson tous les  $\frac{1}{4}$  d'heure environ
- \* Lorsque la pintade est prête, la sortir du four et la couvrir de papier alu.
- \* Laisser reposer ainsi pendant 15 min, avant de la déguster.