



Pintade à l'orange

Temps de préparation

30 min à 1h

Difficulté

Moyenne



Ingrédients

huile d'olive
6 Filets de pintade (avec la peau)
1 oignon rouge (petit, en fines rondelles)
120 grammes de pancetta (ou de lardons)
3 brins de romarin
3 feuilles de sauge
2 décilitres de fond de volaille
1 orange (le jus)
1/2 orange (en rondelles)
sel
poivre noir

Méthode de préparation

- 1.** Faites chauffer quelques cuillères à soupe d'huile d'olive dans une grande cocotte à fond épais (type Le Creuset)
- 2.** Faites-y dorer les filets de pintade préalablement séchés. Ajoutez l'oignon et la pancetta, laissez cuire 15 minutes. Assaisonnez avec du sel, du poivre, du romarin et de la sauge.
- 3.** Versez le fond de volaille et laissez réduire. Ajoutez le jus et les rondelles d'orange. Prolongez la cuisson 5 minutes pour réduire encore.