

# SALMIS DE PINTADE

Cours du 6 mars 2019 – Intervenant Joël Darges

## Ingrédients pour 16 personnes

6 pintades fermières  
400 g d'oignons hachés  
300 g d'échalotes hachées  
8 gousses d'ail écrasées  
200 g de carottes en dés  
1 bouquet garni (thym et persil plat)  
Sel, poivre

125 g de beurre pour les légumes  
60 g de farine  
1 l de fond de veau brun  
75 cl de vin blanc sec (sauvignon)  
75 cl de vin rouge (côtes du Rhône)  
Ou 1.5 l de blanc ou 1.5 l de rouge  
125 g de beurre pour les pintades

## Préparation des pintades

1. Flamber, vider, brider les pintades
2. Assaisonner de sel et poivre, cuire au beurre les pintades dans une sauteuse ou au four (th 6 ou 180°C) pendant 1 h
3. Les pintades doivent être cuites mais rosées
4. Découper les pintades froides ou tièdes en morceaux suivant le besoin en 4 ou 8 parts, réserver
5. Faire bouillir et décrocher tous les sucs de la plaque de cuisson ; verser ce déglacage dans la sauce ci-dessous



## Préparation de la sauce

1. Faire réduire de moitié le mélange vin rouge et vin blanc
2. Dans une sauteuse faire revenir au beurre (60 g) les oignons hachés, les colorer légèrement
3. Ajouter les gousses d'ail écrasées, le bouquet garni et la brunoise de carottes (coupées en dés)
4. Remuer le tout et incorporer les échalotes hachées, ajouter du beurre (60g), remuer
5. Saupoudrer de farine, remuer, laisser cuire la farine, mouiller avec le fond de veau brun, laisser réduire 30 min
6. Ajouter la réduction de vin, rectifier l'assaisonnement ; ajouter le jus des pintades
7. Cuire lentement pendant 30 mn, passer cette sauce au chinois en foulant au maximum, réduire la sauce si nécessaire
8. Dresser les morceaux de pintades dans une sauteuse, verser la sauce et laisser mijoter à feu doux 15 mn avec un couvercle



NOTA :

Une viande cuite peut se garder 7 j au frigo, une fois cuite. Il faut 2 h maxi pour baisser la température de la viande, cela peut se faire avec des bouteilles glaçons.

Recette du fond de veau :

Prendre des vertèbres, de l'os à moelle, les mettre sur une plaque à rôtir + oignons + concentré de tomates, faire cuire à 220° pendant environ 20 min, jusqu'à ce qu'il y ait une coloration foncée.

Tout mettre dans une cocotte avec de l'eau froide à hauteur, avec des poireaux, carottes, bouquet garni, faire cuire pendant mini 1h à 2h.