

Pintade au lait de noix de coco

Ingrédients pour 4 personnes

1 pintade coupée en morceaux
200 g champignons de Paris
50 g beurre
1 citron
5 c. à soupe lait de noix de coco
2 pincée noix de muscade
1 c. à soupe fécule
25 cl crème fraîche
sel et poivre

Préchauffez le four à th. 6.

Retirez la peau des morceaux de pintade.

Pelez et hachez les champignons.

Dans une cocotte, faire fondre le beurre et mettez-y à revenir les morceaux de pintade. Salez-les, poivrez-les et arrosez-les de jus de citron.

Laissez ainsi à feu moyen une dizaine de minutes, puis ajoutez le lait de noix de coco et la noix de muscade. Couvrez la cocotte et mettez-la au four à thermostat 5-6 pendant 1 heure.

Quinze minutes avant la fin de la cuisson, versez dans la cocotte la fécule délayée dans la crème fraîche. Servez bien chaud avec la sauce de cuisson.

Le bon conseil: La garniture idéale pour ce plat est du riz créole auquel vous aurez mélangé des noix de pécan. Accompagnez d'un rosé de Provence.

Préparation: 20 min. Cuisson: 1 h 10 min.

Classification: autre volaille (plat), facile (difficulté),
2/3 (toques)

Origine: Bien cuisiner de Marie-Claude Bisson

Date: 17.08.2006

Enregistré par: démo