

Suprême de pintade en croûte de moutarde Maille aux fines herbes, oignons cipollini, purée de fèves au lard

Recette pour 4 personnes



Description

Un suprême de pintade garnit de moutarde Maille aux fines herbes et panko, accompagné d'une purée fine de fèves au lard et d'oignons cipollini glacés à la cassonade et bouillon de volaille.

L'astuce du chef

La gamme des moutardes Maille est très riche, alors ne pas hésiter à choisir une autre moutarde pour cette recette.

Ingrédients

Pour le suprême de pintade glacé à l'érable

- 4 Unité(s) Poitrine de pintade avec peau
- 30 Gr Chapelure japonaise (panko)
- 60 Ml Moutarde maille aux fines herbes
- Huile végétale
- Sel et poivre

Pour la purée de fèves au lard

- 1 Unité(s) Échalote
- 60 Ml Vin blanc
- 1 Conserve(s) Fèves au lard
- Huile végétale
- Sel et poivre

Pour les oignons cipollini

- 16 Unité(s) Oignon cipollini
- 125 Ml Bouillon de poulet
- 30 Gr Cassonade
- Huile végétale
- Sel et poivre

Pour la garniture (optionnel)

- 1 Poignée(s) Roquette
- Huile végétale
- Sel et poivre

Préparation

- Temps de préparation **45 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **425 F°**

Mise en place

Épluchez les oignons cippolini. Ciselez l'échalote. Mélangez le panko et la moutarde Maille aux fines herbes.

Préparation des suprêmes de pintade

Assaisonnez les suprêmes de pintade de sel et poivre. Faites-les saisir côté peau dans une poêle chaude avec un filet d'huile végétale. Retournez les suprêmes et faites-les dorer le côté chair. Transférez sur une plaque de cuisson avec un papier parchemin, puis badigeonnez le côté peau avec le mélange de moutarde Maille aux fines herbes et panko. Mettre au entre 12 et 14 minutes.

Préparation des cippolinis

Placez les cippolinis dans une petite casserole avec le bouillon de poulet et la cassonade et cuire à découvert jusqu'à absorption complète du liquide afin de glacer les petits oignons. Vérifiez leur cuisson avec la pointe d'un couteau et rajoutez un peu de bouillon de poulet au besoin.

Préparation de la purée de fèves au lard

Dans une petite casserole, faites suer l'échalote, déglacez avec le vin blanc et réduire de moitié. Ajoutez les fèves au lard et cuire 10 minutes à feu doux. Réduisez en purée à l'aide du mélangeur à main et ajustez la texture avec un peu de bouillon de poulet au besoin.

Dressage de vos assiettes

Tranchez les suprêmes. Faites un trait de purée de fèves au lard au fond de votre assiette, déposez-y votre suprême de pintade et déposez quelques oignons cippolinis autour. Décorez de quelques feuilles de roquette.

Bon appétit!