

Suprêmes de pintade sur confit de chou rouge aux pommes



Pour le chou confit (à préparer de préférence la veille, cuisson env. 2 heures)

- 1/2 chou rouge
- 2 cs de graisse de canard ou d'oie
- 1 cs de fond de veau déshydraté
- 1 pomme Granny Smith
- 2 cs de vinaigre de Xérès
- 1 cs de cassonade
- 1 pincée de cannelle ou de 4 épices si on aime
- sel, poivre du moulin

Pour les suprêmes

- 2 cuisses de pintade fermière avec la peau
- 1 cc bombée de fond de veau déshydraté (c'est fou comme c'est pratique le fond de veau...)
- 5 cl de vermouth (type Noilly Prat)
- 1 échalote finement hachée
- 1 cs d'huile neutre
- poivre blanc du moulin (c'est un type de poivre qui relève bien les viandes blanches)
- sel

1. La veille, lavez et émincez le chou rouge. Faites fondre la matière grasse dans une sauteuse antiadhésive, puis faites revenir à feu doux le chou en remuant constamment. Au bout de dix minutes environ, ajoutez les cubes de pomme, remuez encore pendant 2-3 minutes. Ajoutez alors le fond de veau en poudre, la cassonade, le vinaigre, la cannelle, salez, poivrez, ajoutez 1/2 verre d'eau. Couvrez et laissez cuire à tout petit feu jusqu'à ce que le chou soit parfaitement tendre et confit. Surveillez bien la cuisson et ajoutez régulièrement un peu d'eau de façon à ce que le chou n'accroche ni ne brûle. Au bout de 2h environ, éteignez le feu et laissez refroidir avant de réserver au frigo jusqu'au lendemain. C'est bien meilleur réchauffé.

2. Le jour même, faites chauffer l'huile dans une sauteuse et saisissez à feu vif les suprêmes de pintade en les faisant dorer de tous les côtés. Baissez le feu au minimum, ajoutez le fond de veau en

poudre, le vermouth, l'échalote hachée, salez et poivrez, couvrez et laissez cuire une vingtaine de minutes environ, jusqu'à ce que la viande soit cuite.
Ajoutez si nécessaire un peu d'eau en cours de cuisson. Le jus va réduire et caraméliser légèrement, la viande restera tendre si elle est de bonne qualité.

3. Servez les suprêmes sur un lit de chou rouge que vous aurez préalablement réchauffé. Donnez un dernier tour de moulin à poivre et dégustez.

© *Du chant plein les casseroles*

<http://www.nataliakriskova.com/article-25791567.html>