



Gibiers

Perdrix aux choux



1h15 **15 min** **1h** **0** **458**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Pré-cuisson du chou

- 1 Préparer le chou.
- 2 Blanchir les feuilles de chou.
- 3 Au bout de 10 minutes, les égoutter dans une passoire et les laisser refroidir.

Étape 2

Cuisson et dressage des perdrix

- 1 Préchauffer le four à 150°C (Th.5).
- 2 Couper le lard en lardons d'un centimètre environ.
- 3 Eplucher les carottes et les découper en rondelles.
- 4 Eplucher et émincer les oignons.
- 5 Dans la cocotte, faire chauffer le beurre et l'huile.
- 6 Faire dorer le lard coupé en morceaux ainsi que les oignons et les carottes en rondelles.
- 7 Déposer les perdrix entières au milieu de la cocotte, les faire dorer sur toutes les faces.
- 8 Ajouter le chou égoutté. Assaisonner de sel et de poivre, puis ajouter le bouquet garni.
- 9 Mouiller avec le vin blanc et le cognac, puis couvrir.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la perdrix

2 **Perdrix**

Ingrédients pour la garniture

500 g **Chou(x) frisé(s)**
250 g **Lard fumé**
2 **Carotte(s)**
1 **Oignon(s)**
2 verre(s) **Vin blanc**
1 verre(s) **Cognac**
25 g **Beurre**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Bouquet garni**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Enfourner pendant 1 heure.

- 10 Servir les perdrix coupées en deux, accompagnées de chou.