

Gibiers

Caille en deux cuissons et fruits poêlés


50 min 30 min 20 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

252

CALORIES

 Ingrédients
pour 4 personnes

**Ingrédients pour les
cailles**

4 **Caille(s)**
 400 g **Graisse de canard**
 2 **Pomme(s)**
 2 **Poire**
 1 **Coing**
 1 **Citron(s)**
 20 cl **Beurre clarifié (ghee)**
 1 **Gousse(s) d'ail**
 1 branche(s) **Thym**
 1 **Huile d'arachide**
 1 **Porto**

Étape 1

Désosser la caille

- 1 A l'aide d'un couteau d'office, commencer par séparer les cuisses.
- 2 Avec des ciseaux, couper l'extrémité des ailes puis détacher au couteau les suprêmes.
- 3 Couper le long de la carcasse pour récupérer le maximum de chair.
- 4 La carcasse peut être utilisée dans une autre recette pour réaliser un bouillon.
- 5 A l'aide de ciseaux, manchonner les cuisses : couper l'extrémité de l'os qui dépasse. Vérifier qu'il ne reste pas de morceaux d'os avant de faire cuire les cailles.
- 6 Réserver les cailles dans un plat.

Étape 2

Préparation des fruits

- 1 Avec un couteau d'office, couper le citron en deux.
- 2 Couper la base des poires et les tailler en deux dans la longueur.
- 3 Ôter le cœur à l'aide d'une cuillère à pommes parisiennes. Citronner la chair du fruit pour éviter son oxydation.

- 4 Couper la base des pommes et les couper en deux. Retirer le cœur avec la cuillère à pommes parisiennes.
- 5 Retirer le pédoncule et les tailler en quartiers. Citronner les morceaux sur toutes les faces.
- 6 Réserver les quartiers de pommes avec les demi-poires sur une assiette.
- 7 A l'aide d'un couteau éminceur, parer les deux extrémités des coings puis les tailler en quartiers.
- 8 Avec un emporte-pièce, tailler les quartiers de coings en demi-cercle en éliminant la peau.
- 9 Parer le côté droit des demi-cercles avec un couteau d'office. Citronner le fruit puis le réserver avec les autres fruits.

Étape 3

Cuisson des cuisses de caille et des fruits

- 1 Déposer la graisse de canard dans une casserole. Faire chauffer.
- 2 Ajouter le thym et l'ail en chemise (pas épluché).
- 3 Lorsque la graisse est complètement liquide et bien chaude, ajouter les cuisses de caille.
- 4 Baisser le feu et laisser confire le temps de la préparation des autres ingrédients.
- 5 Mettre une poêle à chauffer avec le beurre clarifié. Une fois le beurre chaud, ajouter les morceaux de coing et les saisir des deux côtés.
- 6 Mettre les demi-poires et les pommes dans la poêle, côté chair. Les saisir des deux côtés.
- 7 Baisser à feu doux et couvrir la poêle pour terminer la cuisson.
- 8 Après 2 à 3 minutes, piquer les fruits avec un couteau pour vérifier la cuisson : ils doivent être tendres mais rester légèrement fermes. Réserver au chaud.

Étape 4

Cuisson des suprêmes

- 1 Mettre une poêle à chauffer sur feu vif avec un filet d'huile d'arachide.
- 2 Saler les suprêmes de caille et les ajouter côté peau lorsque la poêle est chaude.
- 3 Quand ils sont colorés, les retourner et les laisser cuire de l'autre côté.
- 4 Débarrasser sur une assiette.
- 5 Après 10 à 15 minutes de cuisson, retirer les cuisses de caille de la graisse et les déposer sur du papier absorbant.

Étape 5

Dressage

- 1 Dresser les morceaux de caille sur une assiette de service en les superposant.

- 2 Disposer à côté un morceau de chaque fruit.
- 3 Assaisonner d'un trait de porto réduit et servir.