

Poitrine de colvert aux brisures de dragées

PRÉPARATION : 25 MIN - CUISSON : 20 MIN

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

2 poitrines de colvert ■ 25 g d'oignon ciselé ■ QS de sel, poivre du moulin, beurre, huile ■ 100 g de boulgour ■ 25 g de noisettes entières ■ 200 g de bouillon de légumes ■ 1 cuillère à café d'huile de noisette ■ 70 g de sucre (40 + 30) ■ 80 g de dragées (aux amandes) ■ 50 g de vinaigre de vin ■ 300 g de fond de veau

PRÉPARATION

Rissoler l'oignon ciselé au beurre, ajouter le boulgour, les 3/4 des noisettes entières et mouiller avec le bouillon de légumes. Porter à ébullition et cuire à frémissement pendant 20 minutes environ. Concasser les noisettes restantes, les ajouter au boulgour ainsi que l'huile de noisette, assaisonner.

Cuire 40 g de sucre jusqu'au caramel, ajouter les dragées, verser le tout sur une plaque et laisser durcir puis concasser finement le tout.

Sauce

Cuire le sucre restant (soit 30 g) avec le vinaigre de vin jusqu'au caramel ambré, ajouter le fond de veau et cuire à feu doux pendant quelques minutes.

Cuisson

Assaisonner les poitrines de colvert, les colorer côté peau dans une poêle avec de l'huile. Les retourner, les parsemer avec le caramel aux dragées, finir la cuisson dans un four à 180 °C (th. 6) pendant 5 minutes environ. Laisser reposer au chaud pendant 2 minutes environ. Tailler les poitrines en fines lamelles et les embrocher en les torsadant.

Dressage

Incorporer les dragées restantes concassées dans la sauce.

Dans une verrine, dresser le boulgour, poser dessus une brochette de poitrine de colvert roulée dans la sauce.

« Curiosité »

Boulgour (ou boulghour) : blé dur complet précuit et concassé.

