Pintade avec brochette de pommes de terre et carottes



Ingrédients

4

- 100 g de pesto au basilic Premium Bresc
- 4 filets de pintade, avec peau
- 4 pommes de terre, à chair farineuse
- 2 carottes d'hiver, grosses
- sel et poivre

Pour les oignons :

- 5 oignons, blancs
- 150 g de pesto au basilic Premium Bresc
- 50 g de beurre
- 1 dl de vin blanc
- 1 dl de crème fraîche
- 4 br de salad pea

Méthode de préparation

Défaire légèrement la peau de la pintade et badigeonner généreusement le pesto sous la peau. Saler et poivrer et mettre sous-vide. Faire cuire les filets de pintade 90 minutes sous-vide à 62 °C. Couper les carottes et pommes de terre en tranches de 0,5 cm d'épaisseur, les enfiler en alternance sur un pic de brochette et les tourner en forme de carotte. Couper les oignons en rondelles et les faire mijoter dans le beurre avec le vin blanc et la crème fraîche. Ajouter le pesto dans les oignons braisés, saler et poivrer. Faire bouillir la brochette de pommes de terre et carottes +/- 15 minutes dans beaucoup d'eau. Verser les oignons dans une assiette et faire revenir la pintade à la minute jusqu'à ce qu'elle soit dorée. Dresser la pintade dans une assiette, garnir de la brochette de carottes, et décorer de gouttes de jus de cuisson et un brin de salad pea.