



(tiré de l'ouvrage "La cuisinière provençale », JB REBOUL)



Foulque farcie aux olives

Ingrédients pour quatre personnes :

- 3 foulques
- Beurre doux
- 300 g de petit salé
- 300 g de mie de pain
- 3 poignées d'olives noires
- 1 oignon
- 1 petit verre d'eau de vie
- 1 œuf
- 6 échalotes
- 3 pincées de persil
- Huile
- lait

Préparation :

Ecorchez les foulques, nettoyez et videz les bien.

Faites tremper votre mie dans du lait, puis pressez-la pour l'égoutter avant de l'utiliser.

Couper le petit salé en petits dés très fins, mettez-le dans une casserole avec un oignon haché finement, laissez revenir à feu doux, sans roussir.

Dénoyautez les olives et hachez-les grossièrement.

Ajoutez la mie de pain et les olives mélangez bien, assaisonnez à votre goût. Remuez bien, ajoutez l'œuf battu, puis le petit verre d'eau de vie pour parfumer la farce.

Retirez du feu, laissez refroidir, et farcissez vos foulques avec ce mélange. Cousez-les, et faites cuire à la broche en arrosant régulièrement.