



(Source : site lverdon.free.fr)



Bécasses en croûte de sel et au chou

Ingrédients pour deux personnes :

- 2 belles bécasses
- De la ventrèche
- Du beurre
- 4 œufs
- De l'ail
- 2 bardes de lard
- 1 chou vert
- Ciboulette
- 200 g de sel fin
- 400 g de gros sel
- 1 kg de farine
- Graisse de canard

Préparation :

Sur une planche de travail, répandez la farine, et faites un puits au milieu. Versez dans le puits le gros sel, le sel fin, et cassez-y les œufs. Liez votre pâte avec deux verres d'eau, jusqu'à obtenir une boule bien souple. Laissez reposer au frais au moins une heure.

Faites fondre la graisse de canard dans une cocotte. Quand elle est bien chaude, faites dorer les bécasses sur toutes les faces.

Sortez-les, piquez leur la tête sous l'aile, et entourez-les chacune d'une barde de lard.

Étalez votre pâte sur le plan de travail pour obtenir une couche d'1cm d'épaisseur. Enveloppez chaque bécasse dans sa croûte de pâte .

A four moyen, laissez cuire 20 minutes.

Blanchissez les feuilles du chou vert à la casserole. Retirez-les avec une écumoire. Emincez-les et réservez.

Dans la casserole, faites rissoler la ventrèche en petits cubes, et ajoutez-y le chou quand elle est bien dorée. Salez et poivrez. Faites cuire jusqu'à ce que le chou s'affaisse.

Au moment de servir, saupoudrez de ciboulette hachée menu.

Dressez chaque assiette avec sa bécasse et l'accompagnement.

Si vous possédez un capucin en fonte, vous pouvez arroser les bécasses, au sortir de leur croûte de sel, avec le suc d'un morceau de gras de jambon de pays glissé dans le flamboir. Sinon, c'est très bon sans.

Bon appétit !