



(Source : <http://www.lesfoodies.com>, par chezcachou)



## Cailles caramélisées aux échalotes

### Ingrédients pour quatre personnes:

- 8 cailles
- 6 échalotes
- 4 cuillères à soupe de sucre roux
- 2 cuillères à soupe de fond de veau
- Huile d'olive
- 

préparation : 15 minutes,  
cuisson : 30 minutes

### Préparation :

Mettez une cuillère à soupe d'huile d'olive dans la cocotte. Faites dorer les cailles sur les différentes faces.

Vous devez les retourner fréquemment. Lorsque toutes les faces sont dorées, réservez les cailles.

Émincez les échalotes et faites les revenir dans la cocotte. Saupoudrez de cassonade. Ajoutez un verre d'eau. Mélangez bien avant d'ajouter les cailles. Laissez cuire 30 min environ. Retournez régulièrement les cailles.

Pour vérifier la cuisson regardez au niveau des cuisses. Lorsque les cailles sont cuites réservez-les. Réduisez la sauce en intégrant le fond de veau.

Bon appétit !