



Civet de foulques

Ingrédients pour quatre personnes :

- 3 foulques
- un oignon
- une échalote
- de la couenne de jambon cru
- 500g de champignons de paris
- sel
- poivre
- bouquet garni
- huile d'olive
- Vin rouge (Côte du Rhône)

Préparation :

Pelez les foulques, conservez les flancs et les cuisses.

Mettez-les à dorer avec un peu d'huile d'olive. Réservez quand ils sont bien dorés

Pelez et coupez l'oignon et l'échalote, faites les dore

Ajoutez l'ail, les morceaux de foulques et la couenne, couvrez de vin rouge, et laissez cuire avec le couvercle pendant deux heures à petit feu.

Un quart d'heure avant la fin de cuisson, ajoutez les champignons, et rectifiez éventuellement le niveau.