



Recette tirée de la brochure « Le gibier sauvage, des recettes gourmandes et légères »



Palombes en marinade

cuisson : 50 minutes

👉 **Marinade à préparer 24h à l'avance**

Ingrédients pour quatre personnes :

- 4 palombes
- 1 l de vin rouge
- 3 oignons
- 8 cuillères d'huile d'olive
- 4 tomates
- 300 g de lard maigre
- 2 gousses d'ail
- 1 bouquet garni
- 2 cuillères à soupe de farine
- poivre en grains
- sel

Préparation, la veille :

Préparez la marinade avec deux oignons coupés en rondelles, deux gousses d'ail, une vingtaine de grains de poivre, le bouquet garni, 2 cuillères d'huile d'olive et le vin rouge. Faites bouillir cette préparation 5 minutes, et laissez refroidir.

Coupez les palombes en deux, mettez-les dans un saladier, et versez dessus la marinade.

Réservez au frais pendant 24 h

Le jour même :

Retirez les demi-palombes et essuyez-les. Farinez-les légèrement.

Versez la marinade dans une casserole et faites réduire de moitié à feu moyen, puis passez la préparation au chinois. Réservez.

Chauffez six cuillères d'huile d'olive dans une cocotte en fonte, et faites-y dorer les demi-palombes, puis réservez-les au chaud.

Dans la cocotte, mettez le lard maigre coupé en petits dés, et un oignon coupé en rondelles. Faites dorer en remuant avec une spatule.

Ajoutez les demi-palombes, les tomates pelées et épépinées, la marinade réduite, salez et poivrez. Couvrez, et laissez cuire à feu doux pendant 30 minutes. Servez aussitôt.