



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



Niveau : facile

Tête à tête de faisane aux fruits du verger

Temps de préparation : 20 minutes
cuisson : 1h20

Ingrédients pour 2 à 3 personnes :

- 1 poule faisane (environ 800g)
- Une portion de bouillon de volaille
- 1 cuillère à soupe de miel selon votre goût
- 6 figues fraîches
- 2 poires Williams
- Romarin
- Sel et poivre
- Miel

Dans un plat à four, de préférence en terre cuite, disposez la poule faisane préparée.

Ajoutez 50g de beurre ou l'équivalent en matière grasse, un demi-verre d'eau, et un bouillon cube de volaille. Salez et poivrez.

Faites cuire à thermostat 5 pendant une heure, et retournez régulièrement en arrosant chaque face. Rectifiez au besoin en ajoutant un peu d'eau. La poule faisane doit cuire très lentement jusqu'à donner une chair confite.

Accompagnement

Dans un autre plat à four, disposez 6 figues fraîches sur lesquelles vous répartirez quelques copeaux de beurre et que vous picoterez de quelques gouttes de miel.

Ajoutez un quart de verre d'eau.

Laissez mijoter à thermostat 6 pendant 20 minutes.

Dans une casserole, faites pocher 2 poires Williams (10 minutes).

Découpez les poires en quatre morceaux et ajoutez celles-ci aux figues.

Laissez mijoter quelques instants pour colorer les poires et ajoutez quelques brins de romarin.

Découpez la poule faisane et décorez avec le mélange poire et figues caramélisées.