

PINTADE AUX POMMES, POIRES CARMELISEES ET EPICES DOUCES

PREPARATION : 15 mn – **CUISSON** : 1h15

INGREDIENTS POUR 4 PERSONNES :

- 1 pintade
- 4 pommes
- 4 poires
- 200g raisins
- 10 abricots secs
- 2 cs raisins secs
- 2 cs noisette
- 2 cs noix
- 3 cs miel
- 3 bâtonnets de cannelles
- 3 feuilles de laurier
- 1 cc gingembre
- ½ cc muscade
- ??? badiane
- 2 cs huile
- Sel, poivre

VIANDE

1° Préchauffez le four à 180°C (th6). Dans un bol, mélangez le miel, la cannelle, la badiane, le gingembre, la muscade et l'huile.

2° Placez la pintade dans un plat à four creux et arrosez de mélange épices-huile-miel.

3° Versez 10 cl d'eau chaude dans le fond du plat. Salez, poivrez puis ajoutez les feuilles de laurier autour de la volaille. Enfourez et laissez cuire 55 mn en arrosant régulièrement avec la sauce.

4° Pendant ce temps, égrainez le raisin. Coupez les pommes et les poires en quartiers en ôtant les cœurs. Mélangez-les avec les grains de raisin, les noisettes, les noix et les fruits secs. A 55 mn de cuisson, ajoutez le tout dans le plat et poursuivez la cuisson encore 20 mn.

5° Une fois cuite, sortez la viande du four et laissez-la reposer 10 mn avant de servir.