

Pintade rôtie à l'ail au four

 55min

 Très facile

 Bon marché

Par Boudlouné



C'est bientôt Noël et vous avez envie de cuisiner une pintade mais vous n'avez pas beaucoup de temps devant vous ? Cette recette est vraiment facile à préparer. Pour donner du goût à votre plat festif, vous allez rajouter des gousses d'ail, du romarin et des échalotes. Ensuite, enfournez à 180°C la pintade. Vous allez l'arroser au moins trois fois, un peu près toutes les quinze minutes, avec quelques cuillères à soupe d'eau. Une fois que la pintade prend une couleur dorée, vous allez la sortir four et la laisser reposer à température ambiante. Lors du dressage des assiettes, vous allez verser un peu de citron sur la pintade, mais aussi sur l'ail et les échalotes. C'est délicieux !

Ingrédients

6 personnes

1,3 kg de pintades

6 échalotes

½ jus de citron

Poivre du moulin

4 têtes d'ail

3 branches de romarin

Sel ou sel fin

Matériel

Plat à gratin

Préparation

 Préparation : **10min**

 Cuisson : **45min**

1

Préchauffer le four à 180°C.

2

Verser 1 cuillère à soupe d'eau dans un plat à four.

3

Bien répartir l'eau.

4

Placer 1 branche de romarin à l'intérieur de la pintade.

5

Poser la pintade dans un plat.

6

Couper le haut des têtes d'ail.

7

Les placer dans le plat.

8

Disposer le reste du romarin et les échalotes de part et d'autre de la pintade.

9

Saler et poivrer.

10

Laisser cuire 15 minutes.

11

Au bout de ce temps, ajouter 3 cuillères à soupe d'eau.

12

Poursuivre la cuisson 15 minutes.

13

Ajouter à nouveau 3 cuillères à soupe d'eau.

14

Poursuivre la cuisson 15 minutes.

15

Diluer le jus de citron dans 3 cuillères à soupe d'eau.

16

Le versez.

17

Sortir la pintade du four.

18

Avec la sauce, napper la pintade, les gousses d'ail et les échalotes

19

Servir.