



La caille farcie au foie gras, salade tiède de lentilles vertes du Puy

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 cailles désossées
- 120 gr de foie gras
- 4 tranches de lard fumé
- 100 gr de lard allumette
- 100 gr de lentilles vertes du Puy
- 2 échalottes ciselées
- 1 carotte et 1 branche de céleri coupés en Duxelles
- 25 cl de fond de volaille
- 250 gr de filets de poulet cru
- 2 blancs œufs
- 10 cl de crème fraîche
- 50 gr de beurre
- 25 cl de fond brun

Voir la recette ici : https://www.rtb.be/tv/emission/detail_max-venus/actualites/article_l-essentiel-fond-brun-de-max?id=9747437&emissionId=11781

- 6 brins de ciboulette
- ¼ de botte de persil frisé
- Sel
- Poivre

Préparation

La veille : faites tremper les lentilles ;

Les cailles

1. Etendez les cailles et grattez les morceaux de peau qui dépassent pour enlever le surplus de gras. Enlevez ensuite les petits os des pattes. Assaisonnez l'intérieur de fleur de sel et de poivre ;
2. Mixez le poulet cru, la crème et deux blancs d'œufs jusqu'à l'obtention d'une pâte. Salez, poivrez et mettez cette farce dans une poche à douille ;
3. Tartinez la caille d'une première couche de farce de volaille, d'un morceau de foie gras que vous recouvrez d'un peu de farce de volaille ;
4. Refermez la caille comme une petite jambonnette, et enrobez-la dans une tranche de lard fumé. Emballez-la dans du film alimentaire en resserrant bien au niveau des pattes. Cuisez-la à la vapeur environ ;

Les lentilles

1. Faites réduire un fond de volaille et montez-le au mixeur avec du beurre bien froid ;
2. Faites revenir les échalotes dans du beurre, ajoutez le lard allumette, les lentilles, ensuite la Duxelles de légumes blanchis. Mouillez avec le fond blanc.
3. Au dernier moment, ajoutez la ciboulette et du persil ciselés et faites cuire à feu moyen pendant 10 minutes ;
4. Faites réduire le fond brun, montez-le au beurre et assaisonnez de sel et poivre.

Le dressage

1. Dans une assiette, remplissez des emporte-pièces avec la préparation de lentilles ;
2. Déballez les cailles et déposez-les sur ce lit de lentilles. Laquez avec un peu de fond brun.

Bon appétit

